


WELLCOME
HISTORICAL MEDICAL LIBRARY

Der Familienarzt,

oder

die Kunst,

sein Leben im Genusse der Gesundheit zu führen, sich gegen Krankheiten zu sichern und diese selbst erträglicher, kürzer und gefahrloser zu machen.

Ein

Hausbuch für Familien,

und

jedem Freunde seiner Gesundheit.

Herausgegeben

von

D. G. W. Becker

in

Leipzig.

Weißenfels und Leipzig,

in der Böseschen Buchhandlung

1804.

Vorrede.

So manche Schrift ist schon, kürzer und weitläuftiger, über die Gegenstände abgefaßt, welche in dieser enthalten sind. Wenn der Herausgeber dieser dennoch mit ihr auftrat, so glaubt er, sein Unternehmen damit rechtfertigen zu können: daß es Dinge giebt, die nicht zu oft zur Sprache gebracht werden können, wozu er namentlich diese Gegenstände rechnet; er glaubt, es damit rechtfertigen zu können, daß der Plan, solche Dinge in eine größere Ordnung zu bringen, und sie aus dem Gesichtspunkte bloßer Em-

pirie höher zu heben, keineswegs oft versucht, noch weniger oft so gelungen ist, daß das bürgerliche Leben davon den gehörigen Nutzen hätte ziehen können, und man seinem — Versuche wohl eine Stelle neben andern gönnen würde. Daß sein Bestreben gut war, glaubt ihm gewiß jeder, daß es gute Folgen haben wird, er selbst.

Leipzig, den 20. December 1803.

Der Familienarzt.

Einleitung.

Ich gehe an ein wichtiges Werk; meine Mitbürger will ich unterrichten, wie sie sich zu verhalten haben, um das Leben im frohen Genusse der Gesundheit zu erhalten; ihnen will ich zeigen, was sie zu thun haben, Krankheiten vorzubeugen. Ueber so manche Dinge will ich mich ausbreiten, die, willkommen der an Vorurtheilen klebenden Menge, doch unwerth sind, vom denkenden, vom prüfenden Manne geschätzt — befolgt zu werden.

Der Arzt hat ein doppeltes Geschäft auf sich. Er soll Krankheiten heilen; er soll Krankheiten verhüten. Das erstere zu erfüllen, dazu giebt ihm jeder Augenblick Gelegenheit. Die letztere Pflicht, im Grunde die wichtigere, wird ihm größtentheils abgenommen. Umsonst ruft man dem Gesunden zu: freue dich des Wohls, das dir zu Theil wird, aber vergiß auch nicht der Gefahren, die diesem Wohle schaden können; im Genusse denke auch mit Weisheit an den Verlust des Genusses. Was der Arzt nicht thun kann, weil ihr ihm nicht Gelegenheit gebt, mit welchem ihr umgeht, das will ich thun, in diesen Blättern, die in müßigen Stunden eine belehrende und unterhaltende Lektüre geben sollen.

Schon manchen Vorgänger hat mein Unternehmen gefunden. Hausärzte *), Bücher der Hausarzneikunde, Anleitungen,

*) Le medecin domestique par *Buchan*. Der Hausarzt, von Stange.

diese oder jene, oder alle Krankheiten zu heilen, solcher Bücher giebt es in Menge. Keines davon, sey es so gut oder so schlecht, als es wolle, soll durch diese Blätter verdrängt werden. Es giebt nur wenig Menschen, die ihrer wirklich bedürftig wären, und noch viel weniger, die jene Bücher gehörig benutzen könnten. Manche Kenntnisse gehören dazu, einen Unterricht zu fassen, wie man sich in diesen oder jenen Fällen helfen könne. Ungemein viel Gabe, sich deutlich auszudrücken, wird erfordert, Menschen jenen Unterricht zu ertheilen. Freilich giebt es Gegenden, wo Meilen weit erst ein Dorf, im Umkreise mehrerer Meilen kaum ein Städtchen, und weder im Dorfe, noch im Städtchen ein brauchbarer Arzt angestellt ist, wo die Bewohner des einen und des andern entweder dem Schicksal, oder nur ihrer eignen Wissenschaft überlassen sind, die sie denn doch nur aus einem Buche geschöpft haben können, das für sie bestimmt ist. Sie alle aber werden zwar in diesem Buche, davon bin ich

überzeugt, viel Gutes lernen, allein doch nicht diesen Zweck damit befriedigen können. Für sie hab' ich mein medizinisches Noth- und Hülfsbüchlein *) geschrieben, das vom Publikum und Sachverständigen mit gleichem Beifalle aufgenommen wurde.

Wenn solche Bücher nur von wenigen, und von den Bewohnern jener wüsten und öden Gegenden benutzt werden können, so soll das meinige dagegen ein für Jedermann brauchbares seyn. Jeder sollte wissen, wovon seine Gesundheit abhängig ist, wie sie in Krankheit übergehen kann, wie sie dagegen zu beschützen ist; jedem muß die Kenntniß dessen willkommen seyn, was er in Bezug desselben für seine Kinder thun kann; jeder endlich wird großen Vortheil haben, wenn er gelernt hat, sich, überfallen von einer Krankheit, und diejenigen so zu warten, zu behandeln, wie

*) Leipz. bei Bahrdt, 2te Aufl. 1803.

es für die Wiederherstellung nützlich und den Bemühungen des Arztes zuträglich ist. Sich unterrichtend über die Bedingungen, die Leben, Gesundheit, Krankheit und Tod begründen, wird er die Vorschriften des Arztes, wenn er dessen bedarf, desto besser verstehen, begreifen lernen ihre Wichtigkeit, sich selbst mit Leichtigkeit die Gründe entwickeln können, die sie nöthig, die sie wichtig machen.

So übergeb' ich Euch mein Buch, Ihr Theuern, denen auch in der Ferne nützlich zu seyn, mein Bestreben war; so übergeb ich es dir, Hausvater einer zahlreichen Familie, in langen Winterabenden zu deiner, zu der Deinen Belehrung daraus vorzulesen; dir, du zärtliche Mutter, die du so gern mit liebreichem Antlitz, mit behutsamer Hand das Wehe des kranken Mitgliedes der Familie lindern, seine Krankheit verkürzen, sein Wohlseyn erhalten willst.

Herr des Lebens, willst du mich erhalten,
O so gieb mir eins — Gesundheit mir!
Dankend will ich dir die Hände falten,
Aber bitten weiter nichts von dir.
Kühn durch Klippen, Strudel, Ungeheuer,
Lenk ich, allgenugsam mir, alsdann
Auf des Lebens Ozean mein Steuer.
Selbst sein Gott ist ein gesunder Mann.

Erster Abschnitt.

Allgemeine Bedingungen

des Lebens, der Gesundheit, der Krankheit, des Todes.

Erster Abschnitt.

Allgemeine Bedingungen des Lebens, der Gesundheit, der Krankheit, des Todes.

I.

Lebenskraft.

Gebohren wird der Mensch, er lebt gleich tausenden anderer lebender Geschöpfe, sein Leben ist mit einem Gefühle körperlichen Wohlseyns, oder körperlichen Uebelbefindens verknüpft, sein Körper selbst zeigt in jedem einzelnen Theile eine zu dem Ganzen übereinstimmende Harmonie, oder mehr oder weniger auffallende, oder verborgene Mißverhältnisse. Endlich tritt er wieder ab von dem Schauplatze, wo er seine Thätigkeit zeigte, seine ihm zugetheilten Kräfte spielen ließ, gleich dem

starren Klumpen liegt die Maschiene da, die anfangs thätig, so empfindend, so mächtig war, Bettler oder König, Mann oder Weib, Greis oder Kind, früher oder später, werden endlich alle Individuen des Menschengeschlechts ein Raub des Todes; nichts bleibt von ihnen übrig, als ein Häufchen Erde, die künstliche Form wird vertilgt; wo vorher aufbauende Thätigkeit war, ist jetzt scheußliche Zerstörung. Seht jenen Leichnam. Noch vor wenig Tagen war er im Stande, ein Ebenbild seiner selbst zu zeugen. Die Adern, in denen jetzt ein wenig geronnenes Blut hauset, trieben mit unaufhörlicher Kraft die flüssigen reichhaltigen Theile umher. Wo jetzt erstarrende Kälte den ihn Betasteten abschreckt, da erquickte die wohlthätige Wärme; wo jetzt eine behülfliche Fleischmasse ist, da bewegten sich große und kleine Muskeln in den mannigfaltigsten Zusammenziehungen; jene weißen Fäden, Nerven genannt, bewirken jetzt nichts, vorher waren sie den Saiten gleich, durch die die angenehmsten Empfindungen in der Seele wiederhallten. So manche Stoffe gehen jetzt auseinander, in das große Chaos zerstreuen sie sich, aus dem sie gerufen waren, diesen einzelnen Körper zu bilden; indem sie vereinigt blieben, an sich einander widerstrebend, doch freundschaftlich im Leben verbunden waren, bildeten sie ihn jetzt, da sie ihren ursprünglichen Trieben folgen, lassen sie

ihn verschwinden aus dem Reiche der Erscheinungen.

So muß also wohl in dem Körper außer den Theilen, die ihn zusammensetzen, noch etwas anderes seyn, wovon diese Zusammensetzung selbst, wovon diese Thätigkeit abhängt? So muß, um deutlicher zu reden, noch etwas anderes seyn, das seine Nerven erst zu Werkzeugen der Empfindung, seine Muskeln zu denen der Bewegung stempelt? Die Bestandtheile, welche ihn formiren, genommen aus denen des Universums, müssen erst durch ein anderes Etwas dahin gebracht werden, immerhin andern Verbindungen zueilend, doch eine Zeitlang in dieser zu beharren? So muß die Form des Körpers, die Art, wie er unter den übrigen Erscheinungen der Sinnenwelt auftritt, die Erhaltung dieser Form, ihre Fortpflanzung, ihre Unsterblichkeit, wenn wir sie aufs Geschlecht beziehen *), von etwas anderm abhängig seyn? Und die Kenntniß dieses Etwas muß nicht wenig wichtig seyn, da so bedeutende Wirkungen von ihm abhängen?

*) Der Mensch, der einzelne, stirbt; aber seinem Geschlecht war die Unsterblichkeit gesichert, und ist ihm gesichert, so lange der Rang der Natur derselbe bleibt, der bisher Statt fand.

II.

Fortsetzung.

Es ist nicht leicht, diese Kenntniß so zu erlangen, daß man sie frei von allen Widersprüchen, Zweifeln, Dunkelheiten und Lücken begründet sehe. Je wichtiger sie indessen ist, desto leichter wird man es verzeihen, wenn ich etwas weitläuftiger dabei zu seyn genöthigt bin, als es wohl für diesen Zweck passend erscheinen mag.

Alle Körper, welche auf dem Erdball von unsern Sinnen wahrgenommen werden, sind von einer doppelten Art. Entweder sind in ihnen die Wirkungen der allgemeinen physischen Kräfte, die Wirkungen der Anziehungskraft und Schwerkraft u. s. f. wahrzunehmen, oder sie sind außer diesen auch noch andern Gesetzen unterworfen. Jene heißen unorganische, zu ihnen gehören alle Theile des Mineralreichs, ihr Entstehen, ihr Bleiben, ihre Stelle, ihre Form ist abhängig vom Zufall, nicht berechnet auf einen Zweck, den unser Verstand enthüllen könnte. Daß jenes Gebirge so und nicht anders gebildet ist, daß es hier und an keinem andern Orte steht, daß es hier höhere, dort niedrigere Ketten der Berge bildet, das alles ist Werk des Zufalls, ist auf keinen Zweck berechnet. Dasselbe gilt von diesem Salze, von jenem Metallklumpen. Mit allen übrigen Körpern,

welche deßhalb organische heißen, ist es anders. Wenn die Entstehung und die Bildung des Gebirges und des Kiesels ein Werk des Zufalls war, so entstand die majestätische Eiche und der gelehrige Elephant nur dadurch, daß eine schon vor ihr existirende Eiche und vorher schon lebender Elephant der einen und der andern Art das Daseyn gaben. Wenn das Wachsen des Metalls nur durch Ansetzung gleichartiger Theile geschahe, so nimmt Thier und Pflanze ungleichartige in seinem Innern auf und verarbeitet sie, verändert sie daselbst so, daß eine Vergrößerung von innen nach außen bewirkt wird, nachdem sich diese ungleichartigen Theile in gleichartige auflösten. Wurde den Alpen, den Steinen und den Metallen der Raum, den sie einnehmen, vom Zufalle bestimmt, vermögen sie keine Bewegung zu machen: so hat diese Klasse dagegen das Vermögen, in seinen einzelnen Theilen oder im Ganzen den Ort zu verändern. In jenen sieht man, daß ihr Daseyn bloß wegen dieser da ist; diese aber sind für sich selbst da, haben für sich selbst Zwecke *).

*) Aus meinen Untersuchungen über Lebenskraft für Aerzte und Weltweise (Leipzig bei Siegert), die ich überhaupt jeden für diesen Abschnitt nachzulesen bitte, den seine Bildung des Geistes für das Ursächliche seines körperlichen Selbst interessirt.

Es ist zwischen beiden außer diesen auf Zwecke, Form, Entstehung, Erhaltung u. s. f. sich beziehenden Verhältnissen auch noch dieses zu beobachten, daß wir in den Körpern der ersten Art überall nichts als eine unfreundliche Kälte, nirgends eine Spur von Leben, in diesen hingegen im Gegentheil in jedem Punkte harmonische Thätigkeit, ein vollkommeneres oder unvollkommeneres Leben erblicken.

Ein Körper, er sey organisch oder unorganisch, hängt, wie wir schon hörten, von den allgemeinen Kräften ab, welche wir in dem Reiche der Natur als das letzte Ursächliche aller in die Sinne fallenden Erscheinungen annehmen müssen. Allein was die organischen anbetrifft, so sind diese Kräfte entweder durch eine andere so eingeschränkt, oder durch die Materien, und die Mischung derselben, in welchen sie sich thätig zeigen, dahin gebracht, solche Resultate hervorgehen zu lassen, daß sie gar nicht als dieselben erscheinen, welche wir in der unorganischen Schöpfung wahrnahmen. In der That ist gewiß nichts wahrscheinlicher, als daß sie durch eine andere Kraft eingeschränkt sind, die man gar sehr schicklich Lebenskraft genannt hat, die von andern, welche auf die Art Rücksicht nahmen, in welcher sie sich thätig zeigt, Erregbarkeit, Reizbarkeit, organische Receptivität und noch anders benennt wurde. In so fern wir in dieser Kraft, sey sie nun Combinat der modi-

ficirten, allgemeinen Naturkräfte, sey sie es dadurch, daß die Materien, welche die organischen Körper zusammensetzen, und von denen uns vielleicht noch nicht alle bekannt sind, sie begründen, sey sie für sich bestehend, sey sie, was sie wolle: in so fern wir in ihr das letzte Ursächliche finden, welches das Daseyn, die Thätigkeit des organischen Körpers begründet; in so fern es ausgemacht ist, daß der Körper des Menschen zu den organischen gehört, und sein Daseyn, seine Thätigkeit also ebenfalls von ihr abhängig ist, in so fern muß die genauere Kenntniß dieser Kraft durchaus von der größten Bedeutung seyn. Alle Krankheit kann nämlich nur dann Statt finden, in wie fern sie nicht auf die gehörige Art thätig seyn kann; in wie fern sie es nicht in dem nöthigen Grade seyn kann. Das erstere, die Art, hängt ab von dem Werkzeuge, in welchem, durch welches sie zur Thätigkeit aufgefordert wird; auf welches, durch welches sie ihre Thätigkeit äußert. Das zweite bezieht sich auf das außer ihm Befindliche selbst, was sie zur Thätigkeit durch jene Werkzeuge auffordert. Es wird das Letztere nicht vollkommen einem jeden deutlich seyn, und da es doch für das Verständniß des Folgenden so sehr nothwendig ist, so wünschte ich doch gar zu gern, es nicht undeutlich zu lassen. Man erlaube mir daher einige Beispiele anzuführen, die es erläutern sollen.

Unser Körper besteht aus einer großen Menge verschiedener auf einander berechneter Theile, oder Werkzeuge, Organe. Soll die Lebenskraft thätig seyn, so muß sie durch diese dazu aufgefordert werden, so muß sie in dieser ihre Thätigkeit äußern. Eine Menge feiner oder gröberer, weißer, wenig elastischer Fäden geht aus dem Gehirn nach jedem Theile des Körpers; man nennt sie Nerven; wenn in ihnen die Lebenskraft thätig zu seyn aufgefodert wird, so bringen sie in der Seele Empfindung hervor. Gesetzt nun aber, der Theil, der Finger z. B., der von Etwas berührt wird, sey so mit Horn überzogen, wie es beim arbeitsamen Landmann der Fall ist, so bleibt in diesem Falle die Thätigkeit der Lebenskraft außen; warum? Das Werkzeug, wodurch sie in diesem Falle dazu aufgeregt wird, dieses war nicht so beschaffen, wie es der Fall seyn mußte, wenn die erwartete Wirkung davon erfolgen sollte. Wir werden späterhin sehen, wie dieses denn nun die wichtigsten Folgen hat, wenn auf diese Art die Lebenskraft durch die Zerstörung, durch die Abweichung großer bedeutender Organe von ihrer ursprünglichen Form zu ganz fremdartigen Rückwirkungen veranlaßt wird.

III.

Reize.

Ich glaube, man wird schon aus dem Gesagten auf die Vermuthung gekommen seyn, daß die Lebenskraft im Körper ihre Wirksamkeit gar nicht äußern kann, wenn sie nicht durch etwas anders dazu erst aufgeregt wurde. In der That wird auch nichts leichter seyn, als in der ganzen organischen Natur sowohl, als besonders in der des Menschen diese Vermuthung zur Gewißheit zu bringen. Der erste Canon in der einen und in der andern, den uns jede Pflanze, jedes Thier, und jedes Theilchen in der Pflanzen= und der Thierwelt zuruft, ist:

Keine Erscheinung des Lebens, keine Erscheinung der Organisation vermag zu erfolgen, wenn nicht vorher ein außerhalb der Lebenskraft gedachter Gegenstand diese Kraft erst zur Thätigkeit aufforderte.

Man sehe diese Bohne; wer ahndete wohl, daß in ihr der Keim zu einer grünenden und blühenden Pflanze verborgen läge? Auch wird es gute Wege haben, daß sich diese daraus entwickele, wenn sie, so wie bisher, auf dem trocknen Boden ihres Besitzers liegen bleibt. Aber steckt sie in

die feuchte Erde, laßt den mit elektrischen, salzigen und, für die darin schlummernde Kraft reizenden Stoffen gesättigten Regen herabträufeln; die Sonnenstrahlen mit sanfter Wärme den Boden durchdringen, und munter wird der junge Keim die zersprungene Erde durchbohren, und sich an den Stäben hinanwinden, die ihm die Hand des Gärtners hinstellte. Entzieht dagegen diesem Hunde seine Nahrung, laßt aus einer geöffneten Ader das Blut ihm aus dem Körper laufen, mit jeder Unze dieses Purpursaftes wird seine Lebensthätigkeit schwächer und schwächer werden; mit jedem Pulsschlage wird er dem Tode mehr zueilen.

Genau genommen, ist also das Leben wohl nichts, als das Produkt, das aus dem Einflusse eines solchen, die Lebenskraft erregenden, Gegenstandes und der erregten Thätigkeit selbst hervorgeht? Das eine ist so nothwendig als das andere? Ohne eine Kraft, die diesen erregenden Gegenstand reagirte, wirkten sie nichts? Ohne sie wirkte die Kraft nichts, welche das Leben begründet? — Wem sollte es einfallen, auch nur einen Augenblick an der nöthigen Bejahung dieser Fragen zweifeln zu wollen? Wer würde nicht mir gern im Augenblick beistimmen, daß die Kenntniß dieser die Lebenskraft zur Thätigkeit aufregenden Gegenstände, die man mit einem Worte

„Reize“ nennt, in Beziehung auf Gesundheit, auf Krankheit, auf Leben und auf Tod von eben solcher Wichtigkeit sey, als die Kenntniß der Lebenskraft selbst; ja daß diese letztere eigentlich nur wieder auf die ersteren, so wie es aber auch dort wiederum umgekehrt der Fall ist, beruhe?

Indessen stehen die Werkzeuge, welche den Körper ausmachen, in stetem Wechselverhältnisse. Daß die Adern und Gefäße überhaupt thätig sind, hängt von dem Einflusse der Nerven ab, der auf ihre Organisation Statt findet; daß die Nerven empfinden, ist nur wieder möglich, in wie fern jene Gefäße ihnen das zuführen, was zu ihrer Erhaltung, zu ihrem Wachsthume nöthig ist. Jene Muskeln sind abhängig von den Nerven; durch deren Lebenskraft die Seele sie zur Bewegung antreibt; sie sind abhängig von den in ihnen zahlreich befindlichen Gefäßen, welche den Ersatz des Verlohrnen, das für das Wachsthum Nöthige herbeiführen; von ihren Zusammenziehungen hängt aber auch wiederum die Thätigkeit der Gefäße selbst ab. Wie zahlreich sind die Außendinge, welche auf die Oberfläche des Körpers einwirken, wie groß ist die Summe derjenigen, welche als Nahrung, als Arznei in seine Maschine kommt; wie bedeutend die Wirkung derer, die aus der Thätigkeit der Seele hervorgebracht werden!

Wie schwer wird es unter diesen Umständen seyn, in ein solches Chaos die Ordnung zu bringen, welche, ohne dem Wesentlichen zu schaden, doch eine Ansicht giebt, wie sie der Geist des Menschen leicht fassen, leicht behalten kann; aus welcher er sich die richtigen Folgen abstrahiren kann. Wir wollen sehen, wie wir dieses bewerkstelligen können.

Alles, was die Lebenskraft in Thätigkeit setzt, alles, was also einen Reiz für diese ausmacht, wirkt entweder auf die Peripherie, auf die Oberfläche des Körpers, oder im Innern der Maschine selbst. Alle Reize sind daher

entweder äußere

oder innere.

Bleiben wir zuerst bei den

äußern

stehen. Wir können ihre Wirkungsart als doppelt annehmen. Einmal als

mechanische.

In dieser Hinsicht ist nun alles, was den Körper reibt, drückt, schlägt, stößt, quetscht, u. s. f. ein mechanischer Reiz. Die Luft drückt mit mit einem Gewichte auf den Körper, das nur durch das in seiner innern Struktur ihm entgegengesetzte ertragen werden kann; mit einem Gewichte von mehr als 30,000 Pfund, und dieser Druck wird also als ein Reiz dieser Art betrachtet

werden müssen. Der Asiate läßt sich in seinen Bädern über den ganzen Körper reiben, und dieses Reiben wird nicht weniger hierher gehören. Die Finnländer lassen sich in ihren Bädern mit Birkenruthen so lange hauen, bis die Oberfläche des ganzen Körpers wie rohes Fleisch aussieht, und wer wird Bedenken tragen, dieses mit hierher zu rechnen?

Indessen wirken andere solche äußere Reize auf eine

chemische

Art, d. h. sie verbinden sich mit andern im Körper befindlichen Stoffen, sie zersetzen andere, oder setzen von ihren Bestandtheilen ab, und bewirken theils durch den Aktus dieser Wirkung selbst, theils durch die daraus entstehenden Folgen die Thätigkeit des lebenden Körpers. Wir athmen z. B. die Luft ein; dieselbe Luft wird in nicht geringer Menge auch durch die zarten Mündungen der Gefäße aufgesogen, welche sich auf der Hautoberfläche zu tausenden befinden. Auf das letztere gründet sich wenigstens der Vortheil, den sowohl Franklin, als auch nach ihm andere von einem Luftbade, d. h. von der sanften Bewegung des ganz entkleideten Körpers in einer mäßig warmen, reinen Luft gesehen haben. Diese Luft nun besteht aus mehrern Bestandtheilen. Zuerst ist in ihr das Princip gegenwärtig, das wir als

Ursache der Empfindung anerkennen, welche Wärme heißt, mit einem Wort der Wärmestoff. Dann finden wir in ihr einen Stoff, den die Scheidekünstler Stickstoff genannt haben, und zwar ohne Zweifel deßwegen, weil das Thier und der Mensch sogleich umkommen muß, wenn er in einer Luft auszuharren genöthigt ist, die fast allein aus ihm und dem Wärmestoff zusammengesetzt wird, weil Erstickung davon die unmittelbare Folge ist, wenn man in Oerter der Verwesung, tiefe Brunnen u. s. f., wo er sich angehäuft hatte, schnell, und ohne sie gereinigt zu haben, hinabsteigt. Ferner ist darin der bekannte Sauerstoff, das Princip aller Säuren, die wir haben, gegenwärtig, zu welchen allen noch oft ein geringer Antheil von Kohlenstoff, d. h. des Stoffes kommt, welcher die Grundlage der Kohle formirt, wenn man diese sich von allen salzigen und erdigen und andern Bestandtheilen freidenkt, in deren Verbindung sie dem Auge auf unsern Heerden erscheint. Diese so zusammengesetzte Luft wird nun eingeathmet und wirkt zuerst in den Lungen, zeigt sich zuerst da thätig für die Erregung der Lebenskraft, in so fern sie diesem Organ gegeben ist. Allein sie thut dieses nicht allein auf eine mechanische Art, die wir bald näher untersuchen werden, sondern ganz vornehmlich auf eine chemische; sie läßt einen großen Theil ihres Sauerstoffs an das Blut treten, das in den Lungen

deßwegen herumläuft, und ihn von da in die entferntesten Gegenden des Körpers verbreitet, wo er einer der wichtigsten Reize für die Gefäße und mittelbarer Weise für den ganzen Körper wird. Einen andern Theil ihres enthaltenen Sauerstoffs vereinigt sie mit dem in den Lungen ausgesonderten Wasserstoff, und bildet daraus Wasser, das in der Gestalt des Dunstes ausgehaucht wird; noch ähnliche Veränderungen gehen mit ihr vor, in wie fern sie einen Theil Kohlensäure und dergl. entstehen läßt. Was nun von den chemischen Wirkungen der Luft gilt, welche auf diese Art die Lebenskraft reizen, das gilt nun auch in einem mehr oder weniger erkannten Verhältnisse von einer Menge Arzneimittel und anderer Stoffe; jedoch ist es gewiß, daß diese chemische Einwirkungsart immer eingeschränkt und durch das modifizirt wird, was wir als das Ursächliche des organischen Baues, mit einem Worte als Lebenskraft betrachten.

Es kann diese mechanische und chemische Wirkungsart der äußern Reize in einem und demselben zusammentreffen, wie das z. B. gerade in der Luft der Fall ist. Sie dringt beim Einathmen in die Lungenzellen, dehnt diese aus, und macht dadurch, daß diesen der gewöhnliche Raum zu klein ist; mit sanfter Gewalt überwinden sie den Widerstand, den die Muskeln des Un-

terleibes, das Knochengebäude der Brust ihnen entgegen setzen; sie dehnen selbst ausgedehnt die Brust aus, unterstützt von den dazu gehörigen Muskeln, und verschaffen so nun dem Lungenblute leichtern Durchgang, der hereingedrungenen Luft selbst Gelegenheit, sich mit den verschiedenen Stoffen zu mischen, ihre verschiedenen Stoffe zu entmischen.

IV.

Fortsetzung.

Was die Reize anbelangt, die wir mit dem Namen der

innern

bezeichneten, so können wir sie gleich wieder abtheilen in

relativ innere

und absolut innere.

Reden wir zuerst von den

relativ innern.

Blut fließt in den großen und kleinen Adern des Körpers der Thiere und der Menschen. Unzählige Gefäße giebt es, welche den Saft in der innern Darmwand aufsaugen, der aus dem Brei der verdauten Speisen genommen werden kann, und zur Ernährung, zum Ersatz dessen verwendet

werden soll, was dem Körper durch Ausdünstung, Absonderung des Saamens, der Drüsenfeuchtigkeiten, des Speichels, durch Aussonderung des Schweißes u. s. f. entzogen wird. Das Blut in jenen, der Saft in diesen Gefäßen ist ein Reiz für die Lebenskraft, in wie fern sie sich zunächst als begründende Ursache der Thätigkeit verhält, die wir hier überall wahrnehmen; es ist ein Reiz für die Lebenskraft des Körpers überhaupt, in wie fern sie dem Körper angehört, und also kein Theil desselben in Thätigkeit gesetzt werden kann, ohne daß auch die übrigen mehr oder weniger, nach unten zu bestimmenden Gesetzen davon ihren gemessenen Antheil nehmen. Auf dieselbe Art verhält es sich mit dem aus dem Speichel durchs Kauen, durch Speichelzufluß und Vermischung mit demselben durch die Zusammenziehung des Magen und den Erguß der Gallenfeuchtigkeit in den mit dem Magen genau zusammenhängenden und unmittelbar daraus entspringenden Zwölffingerdarm bereiteten Breie in Bezug auf die Gedärme; es verhält sich so mit dem Kothe in Bezug auf den letzten Theil des Darmkanals, den sogenannten dicken Darm, vorzüglich den letztern Theil desselben, den Mastdarm; mit dem Urin in Hinsicht auf die Urinblase.

Wir nennen das alles relativ innere Reize, da sie in den engern oder weitern, längern

oder kürzern Kanälen und Höhlen des Körpers ihren Aufenthalt haben, und als Bedingungen für die Thätigkeit der Lebenskraft anzusehen sind, in wie fern sie zunächst in diesen Kanälen, in diesen Höhlen ihren Aufenthalt hat, die Ursache ihrer Thätigkeit begründet.

Ihnen sind entgegen gesetzt die

absolut innern

Reize, d. h. diejenigen, welche für die Lebenskraft aus dem Verhältnisse entstehen, in welchem sie zu dem sich befindet, was die Vorstellungen, Gefühle und Begierden begründet, mit einem Worte zu dem Gemüth, zu der Seele. Wenn unsere Einbildungskraft von fröhlichen Bildern der Vergangenheit oder der Zukunft umgaukelt wird, wie freier hebt sich da unsre Brust, wie rascher fließt da das Blut durch unsere Adern. Das wohlthätige Behagen, das sich da unserer ganzen Seele bemächtigt, ist auch da nicht weniger in dem ganzen Körper zu spüren. Eben so ist es, wenn die Freude sich des Geistes bemeistert hat. Der Geist nimmt einen freiern Schwung, und der Körper wird angespornt, ihm unwillkührlich nachzufolgen. Heller glänzt das Auge, beredter ist die Zunge, leichter jede Bewegung. Dagegen macht aber auch der Schreck unsere Glieder lähmen; Furcht fesselt jede Bewegung und drückt wie Blei die ganze Maschine darnieder.

V.

Sauerstoff. Reine Luft.

Die Wahl der Reize, durch welche die Lebenskraft in Thätigkeit gesetzt werden kann, ist, wie man leicht denken kann, ungemein groß. Indessen giebt es sehr viele, deren Einwirkung unterbleiben kann, ohne daß darum das Wohl der organischen Maschine gefährdet ist; andere sind schon von größerer Wichtigkeit; noch andere dürfen entweder gar nicht, oder doch nur für eine sehr kurze Zeit mangeln, wenn nicht das Leben selbst gefährdet seyn soll.

Hierhin gehört zuerst die Luft, in wie fern in ihr jener Grundstoff aller Säuren, der Sauerstoff, darin enthalten ist. Ohne sie kann sich kein organischer Körper bilden, noch erhalten. Am wenigsten vermag dieses ein thierischer überhaupt, und der des Menschen insbesondere. Warum brechen oft in großen Hospitälern, belagerten Städten, vollgepfropften Schiffen, solche fürchterliche Faulfieber, Katharrfieber, faulige Ruhren, Scorbut u. s. f. aus? Weil die Luft nicht immer das wieder an Sauerstoff gewinnt, was das Einathmen so vieler Menschen ihr entzieht; weil sie im Gegentheil durch das Ausathmen derselben, durch die Ausdünstung der angehäuften thierischen, in Fäulniß übergehenden Substanzen einen

Ueberschuß solcher Bestandtheile bekommt, die nicht zum Athemholen tauglich sind, ob sie schon in der Luftferne sich dem Körper mittheilen. Warum ist vorzüglich den daran noch gar nicht gewöhnten Europäern der Aufenthalt in Domingo, Jamaika und den übrigen Antilleninseln sowohl, als auf einem großen Theile des festen Landes von Amerika der Aufenthalt so leicht tödtlich; warum starb namentlich der größte Theil des französischen nach Domingo gesandten Heeres, mehr, hingerafft von der Wuth der Krankheiten als von dem Schwert der feindlichen Negern? Weil die ungemein großen Moräste die Stoffe in so großer Menge ausdünsten, welche zum Athemholen nicht tauglich sind; weil dadurch das Verhältniß des Sauerstoffs zur ganzen Luftmasse auf Unkosten des erstern gestört, dadurch dem Körper ein Reiz entzogen wird, dessen die Lebenskraft nicht entbehren kann, ohne mehr oder weniger nachtheilige Folgen davon zu erfahren, ohne daß der Körper in Krankheit fällt, die, wie man sagt, durch einen fauligen Charakter sich auszeichnet, in welchem die Säfte dünner, als sie seyn sollten, nicht allein zur Auflösung geneigt, sondern selbst im hohen Grade der Krankheit aufgelöst zu seyn scheinen; Erscheinungen, die alle aus der zu geringen Thätigkeit entsprossen zu seyn scheinen, in welche die ganze Masse der organischen Gebilde gesetzt wurde, als dieser so bedeutende Reiz mangelte. Wodurch

hat man der Wuth jener wie die Pest um sich greifenden Krankheiten in neuern Zeiten vorzüglich Gränzen zu setzen gewußt? Durch den Zutritt der frischen Luft, durch die so wohlthätigen Ventilatoren; durch die Räucherungen mit der Salpetersäure, durchs Aufgießen der Vitriolsäure auf Kochsalz und ähnliche Mittel, welche sich dadurch empfehlen, daß sie schnell eine bedeutende Menge Sauerstoff entwickeln, der sich mit der Athmosphäre mischt, welche den Kranken umgiebt, und also diesem so den Reiz verschafft, welchen seine Maschine, oder vielmehr das Etwas, das dessen Thätigkeit begründet, so wenig entbehren kann, wenn nicht das Wohlseyn und das Leben selbst gefährdet seyn soll.

Es ist gewiß, daß reine Luft und frisches Quellwasser, in wie fern die eine und das andere das Vehikel für den Sauerstoff sind, für jeden Menschen zwei der unentbehrlichsten Quellen, aber auch der gemeinsten sind. Mit Bedauern sieht man bei denen, die ihre Gesundheit nicht daraus zu schöpfen wissen, das aufgedunsene Gesicht, die fahle Erdfarbe, die Anlage von Schleim- Wurm- Nervenkrankheiten, Faulfiebern und ähnlichen Plagen überfallen zu werden. Mit Verwunderung sieht man, wie die künstlichsten Ersatzmittel doch so wenig fruchten. Bei den schmackhaftesten, nährendsten Speisen sieht man

doch die Kinder so schwächlich, so aufgedunsen ein-
her ziehen, welche in einer großen Stadt, und
mithin im Genusse schlechter Luft leben müssen,
während der Bauerknabe lustig und munter und
rothwangig einherspringt, er, dem nichts als eine
sehr frugale, magre Kost gereicht wird, der aber
jeden Augenblick das köstlichste Lebenselixir in
vollen Zügen aus dem Becher der Natur nur
trinkt.

Große Städte, sagt man, sind die Gräber
der Sitten; man könnte sie eben so richtig Grä-
ber der Gesundheit nennen, und zwar aus dem
Grunde, weil die darin angehäufte große Men-
schenmasse die Luft zwar immerfort darin verdirbt,
aber nur sehr wenig Anstalten getroffen worden
sind, diesem Verderbniß abzuhelfen. Ja, wenn
sie alle nach dem Muster gebaut wären, das uns
Berlin darstellt. Dieß ist vielleicht die einzige
Stadt, die mit dem glücklichsten Dörfchen in der
kleinen Zahl seiner Todten gleich kommen kann *).
Aber wie ganz anders ist auch seine Bauart gegen
die von Wien, Breslau, Hamburg, Leipzig, Paris

*) In Dörfern rechnet man auf 28 Menschen einen
Todten das Jahr. In Berlin kommt etwa auf
27 einer.

und der meisten andern Städte von größerm Umfange. Dort sind breite, breite Straßen zum Theil mit den duftenden Linden beflanzt, hier ist ein großer Theil sehr enge und winklich; dem Durchstreichen des Windes ist ein fast unüberwindliches Hinderniß in den Weg gelegt, wo der doch fast allein diese stockende Luftmasse vertreiben und mit einer bessern ersetzen kann. Dort sind die Häuser nur von einer mäßigen Höhe, hier scheint man es jedes Jahr mehr darauf anzulegen, sie mit dem Thurme zu Babel wetteifern zu lassen.

Es sollte mir nicht einfallen, dagegen Vorstellungen machen zu wollen. Die Nothwendigkeit würde sie nicht anhören, das Vorurtheil nicht ausführen lassen. Wenn nur wenigstens die Obrigkeit dahin sähe, solche Nachtheile so sehr zu mindern, als in ihren Kräften stände; wenn sie nur wenigstens dafür Sorge trügen, daß alle solche Handwerker, wie Fleischer, Seifensieder, Kürschner und dergleichen sind, mit ihren Werkstätten vor die Stadt hinaus verwiesen würden; daß nicht modrige, sumpfige Stadtgraben ihr Gift aushauchten, und so selbst die von außen über die Stadtmauern hineindringende Luft verpesteten; daß der Straßenkoth nicht immer wieder so lange liegen bliebe, bis der neue den alten verdrängen möchte. Der Menschenfreund sieht mit großer Freude, wie das eine hier, wie das andere

dort geschehen ist; aber um so größer ist sein Bedauern, wenn er so wenig alsdann die übrigen Punkte berücksichtigt sieht.

Ich würde jedem rathen, in solchen großen Städten lieber eine zu hohe, als zu niedrige Wohnung zu wählen. Der Aermere ist allemal in der Stadt am schlimmsten daran. Ihm bleibt meistens keine andere Wahl übrig, als entweder zum Theil unter der Erde, oder mit den Schwalben unter dem Dache zu wohnen. Läßt er sich durch die Bequemlichkeit, nicht hoch steigen zu dürfen, durch die in solchen Kellerwohnungen befindliche feuchte Wärme und daher zu hoffende Holzersparniß täuschen, die erstere zu wählen; so gefährdet er ja seine Gesundheit im höchsten Grade. Ungleich besser thut er, er wählt lieber die letztern Wohnungen. Hier lacht ihm die Sonne freundlicher. Jeder Wind reinigt ihm seine höhere Athmosphäre, weil keine himmelanragenden Paläste diesem mehr den Weg versperren. Trocken werden seine Wände, seine Betten bleiben, während dort an den feuchten Wänden im Winter das Eis eine flimmernde Decke bilden und im Sommer modriges Wasser herabtröpfeln wird.

Wem seine Gesundheit lieb ist, der trage in dieser Hinsicht Sorge, daß nichts, was auf irgend

eine

eine Art viel flüchtige Bestandtheile gehen läßt, in zu hohem Grade mit der Luft, die er athmet, vermischt werde. Wohlriechende Specereien werden davon nicht immer als Ausnahme angesehn werden dürfen, am wenigsten glaube man, die Luft damit selbst verbessern zu können. Weihrauch, Räucherkerzchen, Räucherpulver, Ofenlack und dergleichen wohlriechende harzige Riechmittel sind in dieser Hinsicht nur dann zu gebrauchen, wenn die Luft selbst, wie es oft im Winter, im Herbst und Frühjahre sich zu ereignen pflegt, mit wäßrigen Dünsten geschwängert ist. Sie reinigen aber denn die Luft nicht, in wie fern wir es hier verstehen; sie helfen sie denn nur trocken machen. Die wahre Reinigung kann nur auf die weiter unten zu berührende Art geschehen.

Zu den Dingen, welche die Luft im Zimmer verderben, und welche also der gegebenen Ursachen zufolge wegfallen müssen, gehören diejenigen vorzüglich, welche entweder zur Fäulniß geneigt sind, welche vielen Riechstoff absondern, oder einen zum Athemholen durchaus nicht brauchbaren Stoff entwickeln.

Zu den erstern muß ich zuerst die Ausleerungen des Menschen selbst rechnen. In der That ist keine Nachlässigkeit größer, als die Unreinlichkeit, welche in so vielen vorzüglich zahlreichen,

ärmern Familien Statt findet, wo noch unerwachsene Kinder oder kranke Individuen sind. Das Uringefäß steht angefüllt unausbleiblich in der Wohnstube, der Nachtstuhl wird keinen Tag entfernt. Windeln und mit Urin durchnäßte Betten umringen den heißen Ofen; dieß alles verpestet die Luft eines solchen Zimmers so sehr, daß nur die ungemein große herrschende Macht der Gewohnheit augenblicklichen Nachtheil verhüten kann, denn aus bleibt er gewiß nicht. Böse Augen, böse Ausschläge, Krankheiten, die dem trägen Umlaufe der Säfte ihren Ursprung verdanken, und der sich wieder zum Mangel der reinen, zum Daseyn der verpesteten Luft wie Wirkung zur Ursache verhält, in wie fern die Gefäße durch den in den Lungen abgesetzten Sauerstoff auf die vorzüglichste Art zur Zusammenziehung, und zwar zur lebhaftern gereizt werden, das alles ist davon die Folge.

Was die vielen Riechstoff aushauchenden Materien anbetrifft, so gehören hierhin vorzüglich die starkduftenden Blumen, z. B. Rosen, Veilchen, Lindenblüthen, Lilien, Levkojen, Maiblumen u. s. f. So erquickend ihr Geruch in einem freien Garten am schwülen Sommerabend ist, so wenig taugen sie in der Stube, wo sich die daraus aufsteigenden Dünste nicht gehörig ausbreiten können, in einem zu beschränkten

Raume zu sehr anhäufen, und theils dadurch, theils durch die für das Athemholen nicht brauchbare Gas *), das sie des Nachts aushauchen, ungemein schädlich werden können. Mancher ward vom Schlagfluß weggerafft, der diese Mode in seinem Schlafzimmer beobachtete; fast jeder wird sie mit Kopfweh bezahlen müssen.

Zu der letzten Rubrik gehören zum Theil schon die Dinge, deren ich unter der erstern erwähnte. Alsdann aber verdienen denn doch auch alle diejenigen Verderbnisse erwähnt zu werden, die aus dem Kohlendampfe, aus dem Dampfe des ausgelöschten Talglichtes, der Oehllampe rc. entstehen. In allen diesen Dingen ist man bei weitem nicht vorsichtig genug. So wenig diese Dinge schon unserm Geruchsorgan angenehm sind; so sehr doch dieses nur darum dem Menschen gegeben zu seyn scheint, ihn von der Schädlichkeit oder Zuträglichkeit dessen, was ihn umgiebt, zu belehren **), so wenig pflegt doch

*) Luftart.

**) Ich kann hier nicht unterlassen, eine Bemerkung zu machen, die den berühmten Arzt und Dichter Haller zum Urheber hat.

„Durch den Geruch, sagt er, wird der Mensch in den Stand gesetzt, über den Nachtheil oder die un-

ein großer Theil der Menschen darauf Rücksicht zu nehmen.

Da indessen die Luft, oder vielmehr der Sauerstoff in derselben ein so unentbehrliches Bedingniß für die Erhaltung des Lebens und der Gesundheit ist, da es nichtsdestoweniger immer im Leben eine große Menge Dinge giebt, welche sie verderben, sollte es auch weiter nichts als das Athemholen und die Ausdünstung selbst seyn: so ergiebt sich daraus die Nothwendigkeit, die öfters ein- und ausgeathmete Luft der Gebäude mit der außerhalb derselben befindlichen zu vertauschen, und überdieß die Körper, die Materien zu gebrauchen, welche den Aufwand an Sauerstoff selbst zu ersetzen vermögend sind.

Daß täglich die Fenster und Thüren geöffnet, und durch den entstandenen Luftzug die außer dem Zimmer befindliche hereindringe, während

---

schädlichen Kräfte der Speisen zu urtheilen. Ich bin fest überzeugt, kein Nahrungsmittel sey heilsam, welches übel riecht; dagegen wird man nicht leicht eine schädliche Speise finden, welche einen angenehmen Geruch hätte." Das von den Nahrungsmitteln Gesagte gilt gewiß auch von unserm Gegenstande.

die verdorbene hinausgeht, ist eine allgemein bekannte Regel, die oft gegeben, und doch nicht immer befolgt wird. Leichter wäre es freilich, das letztere zu thun, wenn in jedem Zimmer ein Ventilator angebracht wäre, deren man jetzt so viele, und zum Theil sehr wohlfeile Arten hat. Wo viele Menschen oft versammelt sind, wie z. B. in Schulen, Schauspielhäusern, Kirchen, Wirthshäusern u. s. f. sollte das Erstere jeden Tag einigemal befolgt werden, während auch die letztern immer im Gange wären. Es ist eine traurige Bemerkung, daß man hier fast überall, vorzüglich in Schulen, Komödienhäusern und Kirchen, wenn man eine zarte Nase hat, sogleich durch einen sehr unangenehmen Geruch überrascht wird. Jede Luft, welche stark riecht, welche vorzüglich unangenehm riecht, ist nicht rein, ist verdorben, und mehr oder weniger schädlich.

Der Sauerstoff, der Bestandtheil, welcher so unentbehrlich für die Erhaltung der Organisation ist, entwickelt sich aus ungemein vielen Körpern. Da er jeden Augenblick in so großer Menge von den unzähligen Millionen belebter und nicht belebter Wesen angewendet wird, so war jene Vorrichtung der Natur auch durchaus nothwendig. Einige empfehlen sich vorzüglich dazu, die Verbesserung der Luft auf diesem Wege in Zimmern zu verbessern.

Hierhin gehört zuerst

der Essig.

Schon längst, ehe man noch die Ursache anzugeben wußte, warum er als Räucherungs- und Verbesserungsmittel der Luft so nützlich ist, hatte ihn doch die Erfahrung der Aerzte und des gemeinen Lebens dafür anerkannt. In Krankenzimmern, wo die stärkere Ausdünstung so sehr die Luft verdirbt, in Schlafzimmern sollte er immer gebraucht werden. Am besten wird er so gebraucht, daß man ihn auf dem Fußboden umhersprengt, nachdem man die verdorbene Zimmerluft schon selbst durch Oeffnen der Fenster und Thüren verbessert hat. Ihn auf einem Kohlenbecken verdampfen zu lassen, auf glühende Kohlen, auf glühendes Eisen, den heißen Ofen zu schütten, taugt in mehr als einer Hinsicht nichts. Es wird dann das Zimmer schnell mit einer Menge wäßriger Dünste angefüllt, mit welchen der Sauerstoff verbunden war. Gleichviel ist es, was für Essig benutzt wird. Der stärkste ist der beste, in wie fern bei gleichem daher zu erwartenden Vortheile die Versprützung ungleich geringer seyn darf; sey es übrigens Obst- oder Bier- oder Weinessig.

Ein anderes vortheilhaftes Mittel, die Luft zu verbessern, ist

der aus Kochsalz mittelst der Vitriolsäure entwickelte Sauerstoff selbst.

Unser gewöhnliches zum Kochen so unentbehrliches Salz der Küche besteht

1) aus einer ihm eigenthümlichen Säure, der sogenannten Salzsäure.

2) dem sogenannten mineralischen Laugensalze.

Beide sind, wie das in Mittelsalzen der Fall ist, miteinander so fest und so innig zu einem dritten Körper vereinigt, daß sie weder als Laugensalz, noch als Salzsäure sich dem Geruch, Geschmack nnd Auge darstellen, sondern eben in der Form des Kochsalzes erscheinen. Indessen die Laugensalze, und also auch dieses mineralische Laugensalz hat die Eigenschaft, mit jeder Säure in Verbindung zu treten, und so ein Mittelsalz zu bilden, wie es der Chemiker nennt, nur leichter mit der einen Säure, schwerer mit der andern. Ist dieß letztere der Fall, so kann ich diese Säure sogleich wieder frei machen, wenn ich eine darauf gieße, welche sich leichter mit dem Laugensalze vereinigt, und hierauf gründet sich denn dieser Vorschlag. Die Vitriolsäure auf das Kochsalz gegossen, läßt die Säure dieses im Augenblicke als Dunst emporsteigen, und so eine Menge des reinsten Sauerstoffes entbinden. Das Kochsalz wird zu diesem Behuf auf einen irdenen Teller einen halben Zoll hoch gestreut, und verdünnte

Vitriolsäure darauf getröpfelt. So lange Dunst empor steigt, so lange ist es für diesen Behuf brauchbar.

Vorzüglich anzuwenden ist dieses Mittel, dann, wenn in einer Familie ein Mitglied an Faul-Nerven = bösartigen Scharlachfieber, fauliger Ruhr darnieder liegt. Die ihn Wartenden werden dadurch sehr vor Ansteckung gesichert; die Genesung des Kranken um ein großes Theil vorwärts gebracht.

Es giebt, auf diese Art wirkend, noch eine Menge Mittel, deren ich hier nicht erwähne, da es einestheils an diesen beiden schon genung ist, anderntheils ihre Kostbarkeit bei nicht mehrerem Vortheile ihrem Gebrauche hinderlich wäre. Hierhin gehören z. B. das seit einigen Jahren so berühmte Morveausche Mittel.

VI.

Wärme. Licht.

Nächst dem Sauerstoff ist die Wärme vorzüglich wichtig. Alle Reize sind unnütz, um die Lebenskraft in Thätigkeit zu versetzen, wenn sie nicht von der Wärme unterstützt werden, wenn ihnen diese nicht schon das Spiel leichter gemacht hat. Mensch, Thier und Pflanze bedarf dieses Reizes, um zu entstehen, um entstanden, fortzudauern. Der Grad kann bei den letztern, bei den verschiedenen Geschlechtern der Thiere und der Pflanzen auch sehr verschieden seyn, allein Statt findet sie immer. Viele Thiere verfallen in einen Schlummer, wenn der Hauch des Winters mit zu geringerm Wärmegrad auf ihre Lebenskraft einwirkt; die meisten Pflanzen sterben ab, um erst bei der Rückkehr des Frühlings neue Blüthen, neue Blätter zu treiben. Ich kann hier nicht unterlassen, ein eben so richtiges, als schönes poetisches Gemälde von dieser Erfahrung einzuschalten, das sich in einer Sammlung von Schweizerliedern befindet.

Angeweht von der belebenden Wärme des Frühlings
Entflieht sie, die Schwalbe, dem Schlummer,
Der sie, wie der Tod, im rauschenden Schilfe gefesselt hielt.
Neues Leben durchdringet nun sanfter

Die von Kälte erstarrten todten Gebeine.
Leicht entschwebet sie jetzt zu sanftern Lüften,
Entflieht der öden Wohnung der Nacht, dem Grunde des Teiches,
Den kein Strahl der Sonne beleuchtete
Mit dem schnellen Fittig schwingt sie sich hoch empor;
Zwitschern und jubelnder Ton entströmt ihrer Kehle
Zum Lob des erwachenden Frühlings.

So entschwebt einst der erwachenden Gerechten erster
Der verschlossenen Wohnung des alles verschlingenden Grabes
Am großen Morgen des alles vergeltenden Tages,
Schwebt mit lauten Wonnegesängen, begleitet
Von den unsterblichsten Thaten des sterblichen Lebens
Zum ewigen Lichte — zum ewigen Frühling empor,
Zum ewigen Lobgesang des erweckenden Gottes.

Die Natur sorgte auch daher überall dafür, ihren Geschöpfen entweder einen Aufenthalt anzuweisen, wo sie diesen Genuß vorfänden, oder sie mit einer Vorrichtung zu versehen, wo sie den Mangel ertragen könnten. Am äußersten Eispole vermag kein Geschöpf, keine Pflanze auszudauern. In der Nähe desselben findet man nur sehr verkrüppelte, kleine, dünne Pflanzen; die Birken z. B. aus Grönland sind kaum 9 Ellen

hoch und nicht 5 Zoll dick. Alle Thiere, selbst der Mensch, haben eine beträchtliche Fettdecke. Beim Wallfisch beträgt diese an Dicke gegen eine Elle an mehrern Orten, und im Verhältniß ist sie beim Eisbäre, beim Wallroß ꝛc. nicht weniger beträchtlich. Durch diese Vorrichtung, nebst der ihrem Blute und Magen gegebenen großen Hitze sind die Grönländer sogar in den Stand gesetzt, ohne alle Feuerung der Kälte ihres Klima's Trotz zu bieten, ungeachtet ihnen alle Jahre eine große Menge Treibholz zugeführt wird, dessen sie sich bedienen könnten. Sie erwärmen aber, sagt ein Beobachter dieser Menschen, durch ihren brennenden Athem ihre Hütten, wo sie im Winter beisammen sind, dergestalt, daß die Europäer darin, wie in einer übermäßig warmen Badstube, zu ersticken glauben, sie feuern auch zu keiner Jahreszeit in ihren Wohnungen, und wissen unter dem kältesten Striche der Erdkugel nichts von Schornsteinen. Obgleich bei ihnen keine Bäume wachsen, so würde es ihnen doch nicht an Brennmitteln fehlen, wenn sie sich derselben bedienen wollten, da das Meer ihren Küsten ausgerissene Bäume, Schichten von Seegras und Moos unaufhörlich zuführt, was sie alles, wenn es getrocknet würde, zur Feuerung brauchen könnten; allein sie begnügen sich an einer angezündeten Lampe, über welche sie einen Kessel von ausge-

höhlten Steinen hängen, worin sie ihr Fleisch kochen.

So unentbehrlich ist die Wärme dazu, die Lebenskraft in Thätigkeit zu erhalten! So sorgte die gütige Vorsehung dafür, daß sie ihm entweder eine innere Vorrichtung anschuf, durch welche der Mensch ihren Mangel ertragen kann, wenn das Klima die Einwirkung der äußern einem sehr hohen Grade nach unmöglich macht; oder sie wies demselben einen Wohnplatz an, wo er einer solchen Vorrichtung sehr gut entbehren konnte.

Vorzüglich war für den Menschen dadurch in dieser Hinsicht gesorgt, daß der Grad der Wärme sehr verschieden seyn kann, welcher auf ihn einwirkt, wenn nur dieser Grad nicht selbst allzubeträchtlich verändert wird. Ich will mich darüber näher erklären.

Das, was die Wärme hervorbringt, ist der sogenannte Wärmestoff, dessen Existenz hier indessen mehr hypothetisch, als gewiß angenommen wird, ist keinesweges in einem bestimmten, sich immer gleichbleibenden Grade der Luft beigemischt, in und durch welche er auf und in dem Körper wirkte. So entstehen die Begriffe Kälte, Kühle, Wärme, Hitze, das heißt Bezeichnung der vorzüglichern Grade, in welchen wir die Einwirkung des Wärmestoffs gewahr wer-

den. Je geringer die letztere ist, desto mehr empfinden wir Kälte, je größer sie im Gegentheil Statt findet, desto mehr finden wir sie als Hitze. Indessen, es ist eine bekannte Sache, daß Gewohnheit unsere Empfindungen, so wie unsere ganze Maschine, außerordentlich beherrscht. Wir werden in der Folge darauf noch einmal zu sprechen kommen, hier daher nur soviel, daß ein gleich starker, oft auf uns einwirkender Grad des Wärmestoffs uns nicht mehr endlich als der vorkommen kann, der er beim erstenmale schien; daß uns ein noch nie affizirender Empfindungen erregte, welche der daran gewöhnte nicht hat. Wir sind an die Wärme in solchem Grade gewöhnt, daß sie im Sommer uns nur selten, so wie sie in unserm Klima Statt findet, zur Last wird. Setzen wir aber nur einmal einen Grönländer, oder einen andern jener dem kalten Norden sich nähernden Bewohner dieser Sommerwärme aus, wird er nicht über die größte Hitze klagen? Dasselbe würde aber auch unser Fall seyn, wenn wir auch einmal in Afrikas dürre Sandwüsten versetzt würden, wo die Sonnenstrahlen senkrecht auf das Haupt des lechzenden Wanderers schießen. Was hier von Wärme gilt, insofern der ihr zum Grunde liegende Wärmestoff in großer Menge verbreitet ist, das gilt auch von der Kälte, oder der Form, die ihr eigen ist,

wenn der Wärmestoff in geringerer Menge der Atmosphäre beigemischt war. Die Bewohner der Pole frieren freilich am Ende auch wie wir im Winter, allein wie verschieden ist die Kälte, welche dort herrscht, gegen die, welche wir auch im härtesten Winter empfinden? Der kälteste Wintertag bei uns ist dort nicht viel mehr, als ein bloß kühler.

Hieraus ergiebt sich denn nun: Ohne Wärme vermag der Mensch nicht zu existiren. Die Kraft, welche seinen Körper in der organischen Welt fortdauern läßt, muß nothwendig immer dadurch aufgeregt werden. Allein der Grad derselben ist keinesweges bestimmt. Wärme und Kälte, Kühle und Hitze, sind nichts weniger als festbestimmte Begriffe, sondern nur immer Bezeichnung der Gefühle, welche durch einen gegebenen, am Thermometer bezeichneten Grad der Wärme in den davon gereizten Menschen entstehen, dessen Urtheil vielleicht in der nächsten Stunde anders ausfällt.

Eben so nothwendig, wie die Wärme, ist für die Erhaltung der organischen Körperwelt und namentlich also auch besonders für das Oberhaupt derselben, für den Menschen, das Licht. Der große Hufeland hat auf diese Wahrheit

vorzüglich aufmerksam gemacht *). Er nennt es den nächsten Freund und Verwandten des Lebens, und behauptet, es sey von weit wesentlicher Bedeutung, als man gewöhnlich zu glauben geneigt sey. „Man entziehe, sagt er, einer Pflanze, einem Thiere das Licht, es wird bei aller Wartung und Pflege zuerst die Farbe, dann die Kraft verlieren, im Wachsthum zurückbleiben, und am Ende verbutten. Selbst der Mensch wird durch ein lichtloses Leben bleich, schlaff und stumpf, und verliert zuletzt die ganze Energie des Lebens, wie so manches traurige Beispiel lange im dunkeln Kerker verschlossener Personen beweiset. — Ja ich glaube nicht zu viel zu sagen, wenn ich behaupte, organisches Leben ist nur in der Influenz des Lichts und also wahrscheinlich durch dieselbe möglich; denn in den Eingeweiden der Erde, in den tiefsten Höhlungen, wo ewige Nacht wohnt, äußert sich nur das, was man unorganisches Leben nennt. Hier athmet nichts, hier empfindet nichts; das einzige, was man etwa noch antrifft, sind einige Arten Schimmel oder Steinmoos, der erste unvollkommene Grad der Organisation. Sogar da zeigt sich, daß diese Vegetation meistens nur an oder bei verfaultem Holzwerk entstehe. Also muß auch da der Keim des organischen Lebens erst durch Holz oder Wasser hinun-

*) Makrobitik. I. 36.

tergebracht oder lebenserzeugende Fäulniß hervorgebracht werden, welches außerdem in Abgründen existirt *).

Licht und Wärme — beide sind meistens so genau mit einander vereinigt, beider Wirkungen leuchten auch dem rohesten Natursohne so in die Augen, daß es sich hierin deutlich offenbart, was den letztern dahin bringen konnte, das heilige Feuer anzubeten, das in dem Schooße der Erde, auf der Oberfläche dieser, die Pflanzen grünen, Blüthen und Früchte treiben läßt, daß er der

*) Der berühmte französische Chemiker, Lavoisier, drückt sich ebenfalls darüber sehr treffend und mit einer bewundernswürdigen Begeisterung aus. Organisation, sagt er, Empfindung und willkührliche Bewegung, selbst das Leben existiren nur auf der Oberfläche der Erde und auf den Orten, die das Licht trifft. Man sollte sagen, die Fabel von der Fackel des Prometheus sey nur das Symbol einer philosophischen Wahrheit, die auch den Alten nicht entgangen sey. Ohne Licht wäre die Natur auch ohne Leben, todt und ohne Seele; eine wohlthätige Gottheit gab das Licht, und verbreitete damit auf der Erdenfläche Organisation, die Empfindung und den Gedanken. (Lavoisiers Traité element. de Chemie Vol. I. p. 202.)

der Sonne dankbare Opfer brachte, deren Strahlen Freude und Wohlseyn verbreiteten?

Für den Menschen ist das Licht noch in einer Hinsicht besonders ein bedeutender Reiz. Ihm ist es der Mittelkörper, durch welchen er in die wichtigste Verbindung mit der Außenwelt tritt. Die Einwirkung der Lichtstrahlen, welche von den sichtbaren Gegenständen auf das Auge fallen, und den Sehenerven reizen, verursachen die Empfindungen des Sehens, dadurch die ganze unabsehliche Kette von Vorstellungen, welche daher ihren Ursprung nimmt.

VII.

Nahrungsmittel.

So lernten wir denn nun drei Reize, drei Dinge kennen, welche die Thätigkeit, die wir Leben nennen, erhalten, ohne welche dieses gar nicht Statt finden kann. Sie sind alle drei äußerst fein, mehr durch ihre Wirkung, als ihrer eigentlichen Beschaffenheit nach bekannt. Außer ihnen giebt es aber andere, welche ebenfalls für die Erhaltung des Lebens unentbehrlich sind, indem sie einmal die Kraft des letztern selbst zur Thätigkeit, theils mittelbar, theils unmittelbar

auffordern, theils dazu bestimmt sind, den Abgang zu ersetzen, den die Maschine jeden Augenblick erfahren muß.

Schweiß und Urin, Saame und Speichel, und so manche andere Dinge sind es, welche dem Körper eine große Menge der Stoffe entziehen, die seine Gebilde zusammensetzen. Immerfort sind diese Stoffe selbst dazu geneigt, den allgemeinen Kräften zu gehorchen, welche in der Körperwelt Statt finden. Die besondere Einschränkung, welche diese Kräfte in dem organischen Körper erfahren, läßt diese Neigung nur immer als Neigung erscheinen, so lange die Lebenskraft selbst in ihrer vollen Thätigkeit erhalten und diese nicht über die Gebühr zurückgehalten oder vermehrt werden: allein wenn so etwas Statt fände, dann würde diese Neigung die Oberhand behaupten, der Streit, den der einzelne organische Körper des Menschen gegen die Kräfte der ganzen Natur führen muß, würde früher zu seinem Nachtheile entschieden werden, als es sein eigentliches Loos ist, und früher Tod sein unabänderliches Erbtheil seyn. Dem wird allem dadurch vorgebeugt, daß er jene Stoffe immer mit neuem vertauscht, jener Verlust immer durch neuen Ersatz ergänzt wird. Das, was das Letztere bewirkt, was an sich oder zum Theil auch ohne das Letztere geradehin zu bewirken, die Lebens-

kraft in Thätigkeit setzt, heißt dann im Allgemeinen Nahrungsmittel. Die Kenntniß derselben ist ohne Zweifel einer der wichtigsten Gegenstände, die in diesen Blättern abgehandelt werden können. Ich muß daher schon etwas weitläuftig ausholen.

Die Nahrungsmittel sind dazu bestimmt, die Stoffe zu ersetzen, herzugeben, welche den Menschenkörper zusammensetzen. Diese Stoffe sind denn nun im Allgemeinen dieselben, welche in den übrigen Körpern des Universums gefunden werden; seyen sie nun Pflanzen, Thiere, oder selbst Mineralien. Was das Letztere anbetrifft, so erinnere ich an das Beispiel, das einer der berühmtesten neuern Reisenden gesehen hat, wo ein Völkerstamm in Amerika von einer leimigen, fettigen Erde lebt. Sollte dieses widerlegt, als unrichtig, oder gar falsch befunden werden, so würde ich freilich mich gern darauf einschränken, nur das Pflanzen- und Thierreich als die Quellen anzugeben, aus welchen wir unsere Nahrung schöpfen können, es müßte denn seyn, daß man den unentbehrlichen Genuß des Wassers als einen Beweis davon ansehen wollte, daß auch das Gebiet der unorganischen Natur etwas liefern könne, das zur Ersetzung des Verlohrnen nöthig wäre.

Ohne uns darüber zu streiten, so sieht man ein, daß im Allgemeinen jede Pflanze und jedes Thier dazu geeignet seyn müßte, die Erhaltung und Fortdauer des Lebens zu bewirken, insofern in ihnen allen die Stoffe enthalten sind, welche den Menschenkörper zusammensetzen. Allein hier tritt denn nun der Umstand ein. In einigen sind diese Stoffe in so ungemein geringer Menge da, daß man ein außerordentliches Volumen gebrauchen müßte, um das aus ihnen zu bekommen, was für den Ersatz einer gegebenen Menge des Verlohrnen nöthig wäre. Dieses ist denn ein Umstand, der eine sehr große Menge ausschließen muß. In andern finden wir diese brauchbaren Stoffe mit solchen vermischt, die ein für allemal, der Organisation beigemischt, gefährliche Wirkungen hervorbringen können. Können diese davon getrennt werden, so verliert ihre Brauchbarkeit allerdings nichts, allein ist dieses nicht möglich, so müssen sie auch von der Tafel entfernt werden, welche auf dem Erdboden dem Menschen gedeckt ist. Ferner giebt es solche Substanzen, welche zwar eine bedeutende Menge nährenden Stoffes enthalten, mit keinem schädlichen diesen gebunden haben, allein aus den nährenden so schwer, in die Organe gebracht, die zur Verdauung bestimmt sind, sich so schwer entwickeln, daß sie deßwegen nur in einzelnen Umständen lobenswerth sind. Endlich müssen bei allen diesen Rücksichten

auch noch die Formen, in welchen sie genossen, die Beschaffenheit des Körpers, von dem sie genossen, die Menge und einige andere Umstände untersucht werden, von welchen weiterhin.

Man sieht, daß dem Menschen ein ungemein großes Feld angewiesen ist, auf welchem er für seine Erhaltung ärnten kann. Er unterscheidet sich darin von allen belebten und unbelebten Wesen der Schöpfung. Die Pflanze saugt aus dem Boden ihre Nahrung, auf dem sie wurzelt; das Thier wählt die Pflanzen, die ihm bestimmt sind, zerreißt die schwächern Geschöpfe, welche seiner Gewalt überlassen sind. Nur vor dem Menschen ist keine Pflanze, kein Thier ganz sicher, da er überall sich eingewohnt hat, und durch Kunst und Gewohnheit sich Nahrung verschafft, wie sie sein Bedürfniß und Appetit verlangt. Ihm blüht der Weizen wie der Brotfruchtbaum, der Sagobaum grünt ihm, wie sich das Korn der Aehren für ihn vergoldet. Der brüllende Stier und das Lamm fällt, die Beute seines Magens. Selbst der zottige Bär giebt ihm wohlschmeckende Schinken *), und die Fichte giebt ihm ihre dicke Rinde **). Selbst die Schlange wird ihres Giftes beraubt, um ihn zu sättigen.

---

*) In Canada.

**) In Norwegen.

Man hat behauptet, der Mensch sey bloß auf die Nahrung bestimmt, welche das Vegetabilienreich giebt; man hat sich auf das Beispiel von ganzen Völkerschaften berufen, welche wirklich keine andere genießen; behauptet, die thierische Nahrung sey nicht allein in der Hinsicht nachtheilig, daß sie körperliche Krankheitsanlagen erzeugte, sondern sogar in Bezug auf Moralität gefährlich, in wie fern sie die Leidenschaften des Zornes, des Hasses u. s. f. stärker mache, das Gemüth wild und stürmisch seyn lasse. Die Beweise für diese Behauptung zog man bald aus der Erfahrung, bald aus Vernunftgründen allein. Hätte man die eine und die andere genauer geprüft, man würde gewiß nie dem guten Rousseau und andern so blindlings nachgebetet haben.

Der ganze Bau des Menschen, die Form seiner Zähne *), seines Darmkanals, seines Ma-

---

*) Hunter bemerkt in Bezug auf die Zähne des Menschen sehr richtig:

„Die Naturforscher haben sich große Mühe gegeben, aus den Zähnen zu beweisen, daß der Mensch kein fleischfressendes Thier sey, aber in diesen, so wie in vielen andern Dingen, haben sie sich nicht bestimmt genug ausgedrückt. Sie haben nicht bestimmt, was

gens, die Bestimmung überall auf der Erde zu hausen, eben so gut da, wo sie kaum eine Spur

---

sie eigentlich unter einem fleischfressenden Thiere verstehen. Meynen sie damit ein Thier, welches seine Beute mit den Zähnen faßt und tödtet, und das Fleisch derselben sogleich frißt, wenn sie getödtet ist, so haben sie recht. In diesem Sinne ist der Mensch kein fleischfressendes Thier, und daher hat er auch nicht Zähne, wie der Löwe. Dieß ist es, was sie eigentlich sagen wollen. Meynen sie aber, die menschlichen Zähne seyen nicht geschickt, Fleisch zu essen, welches gefangen, getödtet und künstlich zubereitet worden, auf alle die mannigfaltige Weise, welche die Erfindungskraft des menschlichen Geistes zu erdenken vermag, so haben sie Unrecht. Wahrlich, bei so einer eingeschränkten Denkungsart würde es schwer seyn, zu sagen, wozu denn eigentlich die menschlichen Zähne bestimmt sind? — Denn mit denselben Gründen könnte man auch beweisen: der Mensch sey kein grasfressendes Thier, weil seine Zähne nicht geschickt sind, das Gras abzuweiden, der Mensch hat ja nicht Zähne, wie die Kühe oder wie die Pferde. Der Gesichtspunkt, aus welchem wir die Sache ansehen müssen, scheint folgender zu seyn: Der Mensch ist ein vollkommeneres und zusammengesetzteres Thier als irgend ein anderes. Er

von Vegetation zeigt, aber dagegen einen Ueberfluß von Fischen, Vögeln und vielen Quadrupeden hat; als auch im Gegentheil dort, wo die erquickendsten Früchte ihm ihre Labung reichen, und jeden Augenblick offene Tafel für ihn bereit halten; die verschiedenen Modifikationen, in welchen er durch Lebensart, Alter, Geschlecht, Gewohnheit, u. s. f. seine Organisation versetzt sehen kann, dieses und so manches andere muß schon machen, daß ihm die Kost aus dem Vegetabi-

---

ist nicht geschaffen, wie andere Thiere, sich seine Nahrung mit den Zähnen zu verschaffen, sondern mit den Händen, welche durch Betriebsamkeit in Thätigkeit gesetzt werden müssen. Die Zähne hat er nur erhalten, damit er seine Nahrung kaue und die Verdauung derselben geschickt erleichtere. Diese Zähne sind sowohl als seine übrigen Verdauungswerkzeuge geschickt, sowohl thierische als vegetabilische Substanzen in Blut zu verwandeln. Darum kann er auch unter einer weit größern Verschiedenheit von Umständen leben als irgend ein anderes Thier, und daher hat er auch weit mehr Gelegenheit, seine Verstandeskräfte zu üben. Er ist also als ein zusammengesetztes Thier zu betrachten, welches geschickt ist, sowohl von Fleische als von Pflanzen sich zu nähren.“

lienreiche eben so wenig allein, als die aus dem Thierreiche bestimmt werden, bestimmt seyn kann.

Man könnte vielleicht sagen:

„Diejenigen Nahrungsmittel, welche die Substanzen, die Stoffe, unter übrigens gleichen Umständen, in der größten Menge enthalten, aus welchen der Ersatz des Verlohrnen hergeleitet werden soll, müssen für die Nahrung des Menschen auch besonders geeignet seyn."

Das müßte denn im Allgemeinen nun zugegeben werden; allein nun müssen wir denn doch dabei bemerken, daß es Pflanzen giebt, die eben so viel des nährenden Stoffes enthalten, als manche Thiere und viele für die Nahrung fast überall bestimmte wieder nachstehen. Der Saleb, Sago, die Brotfrucht, das Brot nährt ungemein stark; die meisten Fische, vorzüglich die kleinern nur sehr schwach. Ueberdieß hängt die Nahrhaftigkeit und Genießbarkeit einer Speise von den Verdauungskräften nicht selten eben so sehr ab, als von dem zu Genießenden selbst. Je besser die erstern sind, desto mehr vermögen sie auch aus Stoffen die in ihnen enthaltene Nahrung zu ziehen, daß diese in Hinsicht ihrer Wirkungen vollkommen hier denen an die Seite gestellt werden können, welche bei einem von schwachen Verdauungskräften diejenigen haben, die in dem Rufe

der größten Nahrhaftigkeit stehen. Man nehme einmal den Landmann z. B. er, der so viel Kraftverlust erleidet, ißt bei den angestrengtesten Arbeiten doch fast nichts als Vegetabilienspeise, und meist solche von Fleisch, die nur sehr wenig Nahrung geben, z. B. eingesalzenes Rind= ganz trocken geräuchertes Schweinfleisch.

Wird der Mensch überdieß von wenig Arbeiten mitgenommen, so vermag er auch bei wenigem Verluste seines Körpers mit Speisen vorlieb zu nehmen, welche nur wenig an sich, aber doch nährend genug für ihn sind. So hat der Einsiedler eine hinreichende Nahrung an den Früchten, die ihm sein Baum, an dem Wasser, das ihm die sprudelnde Quelle, und an der Milch, die ihm seine Ziege giebt.

Das ist gewiß, im Ganzen genommen geben Vegetabilien weit weniger Nahrung und Stärke als die Fleischspeisen, da im Ganzen genommen der Stoffe, welche das Verlohrengegangene im Körper ersetzen sollen, viel mehr in den letztern enthalten sind. Wer aber wenig verliert, kann also nicht allein auf beide gleichviel Anspruch machen, sondern wird im Gegentheil besser thun, sich mehr an Pflanzenkost zu halten, wie wir weiter unten als Folge einiger allgemeinen Grundsätze sehen werden.

VIII.

Fortsetzung.

Alles, was wir als Nahrungsmittel genießen, kann theils an sich, theils in Bezug auf den Genießenden betrachtet werden. Diese Bemerkung ist denn nur gar zu oft außer Acht gelassen worden, und doch darf sie es nicht, soll nicht unser Urtheil, jene Speise ist gesund, jene ist ungesund, eine Chimäre, ein bloßer ungegründeter Einfall werden.

Werfen wir unsern Blick zuerst auf die Nahrungsmittel selbst. In allen finden wir denn, in größerer oder kleinerer Menge, allein oder in Gesellschaft mehrerer folgende Stoffe: 1) Schleim, 2) Stärkemehl, 3) Zucker, 4) thierischer Leim, 5) Pflanzengallerte, 6) Eiweißstoff, der aber vom thierischen Leim nur eine sehr geringe Verschiedenheit zeigt, 7) Oehl, oder 8) Fett.

Untersuchen wir, warum denn nun diese so verschiedenen Materien doch alle tauglich zu einem gemeinschaftlichen Zweck, zur Ernährung sind, so sehen wir, daß sie im Ganzen genommen aus denselben Grundstoffen bestehen mögen, die wir als allgemein verbreitet im Körper des Menschen finden, hierhin gehört denn nun der Sauerstoff, Stickstoff, Kohlenstoff, wozu denn auch noch der Phosphor, die Kalkerde u. s. f. gehören. Alle

chemischen Operationen lehren dieses, und lassen uns nur noch darüber im Dunkeln, einmal, ob denn dieß wohl die einzigen Stoffe seyn mögen, welche uns der Kolbe und die Niederschläge, die Verbindung mit andern darstellen rc. und dann, in welchem Verhältnisse diese Stoffe denn selbst zu einander stehen mögen. So können wir aus jedem Schleime eine wäßrige Flüssigkeit absondern, da nun das Wasser aus Sauer- und Wasserstoff besteht: so ergiebt sich schon daraus, daß er aus diesen beiden zusammengesetzt ist. Verbrennen wir den Schleim, so bleibt, nachdem die wäßrige Flüssigkeit verdampft ist, eine kohlige Substanz zurück, die uns also auch über die Gegenwart des Kohlenstoffes vergewissert. Es giebt Völkerschaften, welche bloß von dem Schleime leben, welcher aus den Pflanzen dieser und jener Art abgesondert wird; dieß ist z. B. mit denen der Fall, welche an der Senegalküste einen bedeutenden Handel mit dem sogenannten krekischen Gummi treiben. Sie machen einen ungeheuern Weg durch die unfruchtbarsten Wüsten, wo meilenweit kein Baum, keine Pflanze zu sehen ist, und während dieser Reise wissen sie von keiner andern Nahrung, als von der, welche ihnen das Gummi, der verhärtete Schleim giebt, den sie zu verhandeln haben. Dieselben Grundstoffe finden wir auch im Zucker, im Stärkemehl; aber freilich ist es uns unbekannt, was noch hinzutreten mag, das die

unter einander verschiedene Form dieser Nahrungsmittel begründet. Die thierische und vegetabilische Gallerte bestehet aus ebendenselben Materien, doch findet man außerdem in ihnen, vorzüglich in der thierischen Phosphor und Kalkerde. Was Oehl und Fett anbelangt, so ist das erstere in den Pflanzen, das letztere in den Thieren zu finden, inwiefern wir hier nur von dem fetten Oehle, nicht von dem scharfen, brennenden, flüchtigen reden, das ein Edukt der gewürzhaften Pflanzen, und z. B. in den Nelken, Zimmte, Krausemünze u. s. f. enthalten ist. Dem Fette scheint eine kleine Menge des Schleimes beigemischt zu seyn, und so seine stärkere Consistenz begründet zu werden. Beide haben übrigens den Kohlen= Wasser= und Sauerstoff mit einander gemein, und empfehlen sich allein als Nahrungsmittel nur unter besonders günstigen Umständen. Wenn indessen sie einige für sehr schwach nährend an sich ausgegeben, so ist das gewiß einer von den gewöhnlichen Irrthümern, die man damit begangen hat, daß man so viel über die Beschaffenheit der Speisen an sich sagte, ohne den Menschen zu berücksichtigen, der sie doch selbst erst genießen mußte. Eine ganze Nation, welche wegen ihres wohlgenährten Körpers bekannt ist, macht das Oehl zu seinem vorzüglichsten Nahrungsmittel. Es sind die Grönländer, die ich meyne. Seehunde, die so ungemein fettiges

Fleisch haben, Wallfischthran selbst ist nicht allein ihre vorzügliche, sondern auch liebste Speise, die sie nicht allein genießen, daß ihnen für den Augenblick kein Nachtheil erwächst, wie es bei uns, die wir nicht daran gewöhnt sind, seyn würde, sondern auch die Möglichkeit der Verdauung und das Wohlbekommen der Speise durch ihren völligen, selbst fetten Körperbau beweisen. Auch unter uns giebt es eine ähnliche Erfahrung. Es giebt Leute von so starker Verdauungskraft, daß sie die fettesten Speisen nicht nur fast beständig genießen und gern genießen können, sondern auch sogar sich vor andern durch die Corpulenz auszeichnen, die ihnen zwar nicht etwa allein wegen des Genusses von vielem Fette zu Theil ward, aber doch beweist, wie auch dieses zu verdauen, als stark nährendes Mittel anzusehen ist. Derjenige, welcher behauptet, Oehl und Fett ist ungesund, hat also eben so wenig Recht im Allgemeinen, als der Vertheidiger der entgegengesetzten Meynung. Das ist aber gewiß, die Verdauungskräfte müssen sehr gut seyn, wenn es oft und in Menge genossen werden soll, ohne der Gesundheit zu schaden.

Die Körper, welche wir zur Nahrung benutzen, können entweder gleich, so wie sie sind, oder durch die Kunst verändert genossen werden. Das erstere ist nur wenig gebräuchlich. Um-

stände, die durch die Nothwendigkeit erzeugt wurden, machten oft die Hülfe der Kunst nöthig, aber freilich wäre es zu wünschen, wenn man auch nicht hierinnen zu weit gegangen wäre.

Es giebt eine große Menge Nahrungsmittel, die ohne alle Zubereitung genossen werden können. Ich erwähne hier nur der verschiedenen Obstarten, wo es denn auch zum Theil geschieht; einer Menge Gemüße, welche nicht selten roh genossen werden mußten, da Hunger und Drang der Umstände die Zeit, welche für ihre Zubereitung nöthig war, nicht gestattete. Als Kaiser Rudolph, der Habsburger, einst mit seinem Heere eilig über Auen und durch Wälder zog und kein Imbiß mehr zu haben war, da machte alles bei einem Rübenfelde Halt, und hielt hier offene Tafel. Mit Austern, dem Lachse in Finnland und dergleichen ist es das nämliche.

Es giebt eine nicht ganz kleine Menge Nahrungsmittel, welche unter gewissen Umständen roh genossen werden sollten. Hierhin gehören die Gurken; ein unvergleichliches Mittel bei zähen Stockungen der Säfte in der Lunge, in dem Unterleibe. Die Möhren und ähnliche, welche bei der Bereitung nur einem großen Theile nach ihres Zuckerstoffs beraubt werden, der sie nicht allein nahrhaft, sondern auch verdaulicher macht. Endlich das Fleisch von jungen, nicht zu fetten Thieren:

Ich wage es, meinen Lesern als ein Mittel vorzuschlagen, das den Folgen der Entkräftung, der Erschöpfung u. s. w. ungemein schnell abhilft. Daß das geräucherte magere Fleisch der jungen Schweine, roh genossen, in dieser Hinsicht zu loben ist, wußte man schon längst. Mit den andern Sorten versuchte man es nur wenig. Ich gebe den Rath, ein Viertelpfund mageres, nicht sehniges Rindfleisch jeden Morgen mit etwas Knoblauch oder Zwiebel ganz zu einem feinen Muße zu wiegen, und mit etwas Brot zu genießen, so wie es ist. In einigen Wochen wird jeder, der davon Gebrauch machte, eine Kraft, eine Munterkeit in seinem Körper spüren, wie ihn wenig andere Nahrungsmittel geben könnten.

Was die Bereitung der Nahrungsmittel durch die Kochkunst anbetrifft, so ist sie im Allgemeinen keinesweges zu entbehren. Es giebt Nahrungsmittel, die sehr schädliche, oder unangenehm in die Sinne fallende Bestandtheile in ihrer Substanz haben, sonst aber nicht zu verachten wären. Hierhin gehören z. B. die Mangoldwurzeln, verschiedene eßbare Pilze, Schwämme, und selbst Thiere. Bei andern ist der nährende Bestandtheil so fest mit nicht nährenden gebunden, daß ohne die Kunst sein Nutzen ganz verlohren, ganz oder doch sehr unbedeutend wäre. Das ist z. B. der Fall mit unserm Brote, in so

fern

fern es erst durch die Gährung so wohlschmeckend, nährend und leicht verdaulich wird, wie es zu wünschen ist. Als Mehl erfordert es einen viel stärkern Magen und nährt doch ungleich weniger.

Was die Form der Bereitung anbelangt, so ist sie immer entweder fest oder flüssig. Der Grad des einen oder des andern ist freilich sehr verschieden; der höhere Grad von beiden aber macht für die animalische Oekonomie dennoch einen wichtigen Unterschied.

Nicht wenig hat man die flüssige Gestalt der Speisen gepriesen. Selbst ein Sprüchwort behauptet: Wer lange Suppe ißt, lebt lange. Sogar eine Menge Gründe wußte man aufzustellen, wodurch man den Nutzen beweisen wollte, der aus der flüssigen Form dem Körper erwüchse, wodurch man die Nothwendigkeit zeigen wollte. Man berief sich darauf, daß alle festen Nahrungsmittel zu ihrer Verwandlung des Beimischens von Flüssigkeiten nöthig hätten; daß sie am Ende selbst eine Suppe im Magen bildeten, bevor sie von den in dem Magen und ganzen Darmkanale verbreiteten auffaugenden Gefäßen für die Ernährung des Körpers aufgenommen werden könnten; man sagte endlich, die erste Nahrung des Menschen selbst, die Milch, sey nichts als eine Flüssigkeit, und auch das Bier könne für nichts anders gehalten werden, die

Milch und das Bier, die beide für so nahrhafte Materien gehalten werden dürften.

Alles dieses beweist indessen nicht so viel, als es beweisen soll. Im Gegentheil giebt es mehrere Umstände, welche das Vorgetragene aus einem ganz andern Gesichtspunkte beurtheilen lassen. Ein anderes ist, wenn die Beschaffenheit der Organisation das Feste in Flüssiges verwandelt, und ein anderes, dieser gleich selbst Flüssiges darreichen. Daß das Kind allein von Milch, und sehr stark von derselben genährt werden kann, beweist für die Flüssigkeit, als vorzüglich nutzbar, ebenfalls nichts, inwiefern wir hier eine Verrichtung noch mangeln sehn, die in der Folge sich erst einfindet, nämlich die Zähne und das davon abhängende Kauen.

Vergleicht man daher diese und einige andere Umstände mit einander, so ergiebt sich daraus Folgendes:

Im Ganzen genommen bekommt jedes Nahrungsmittel der Natur am besten, wenn es ihr in fester Gestalt gereicht und selbst überlassen wird, demselben die entgegengesetzte Form zu geben, den Fall ausgenommen, wo ihr das Vermögen fehlt, das Letztere zu bewirken, oder Umstände eine schnelle Ernährung erheischen.

Wenn wir Nahrung in flüssiger Gestalt zu uns nehmen: so sind immer nur zwei Fälle denkbar. Entweder ist der nährende Theil darin

so aufgelöst, daß er in der That keiner Vorbereitung bedarf, und sogleich von den Saugadern aufgenommen und zur Ernährung verwendet werden kann, oder es ist dieses nicht. Im erstern Falle ist im Allgemeinen, wenn es sehr oft gebraucht wird, davon in so fern Nachtheil zu befürchten, daß die Ernährung in zu hohem Grade und zu schnell vor sich gehn wird. So heilsam es dem entnervten Kranken, dem erschöpften Wanderer ist, durch so einen Genuß schnell erquickt zu werden, so nachtheilig kann in Ermangelung solcher Ausnahmen, zu denen man denn noch das höhere Alter rechnen kann, das schon durch die mangelnden Zähne dazu berechtigt zu werden scheint, so nachtheilig, sage ich, kann es bei solchen nicht Statt findenden Ausnahmen werden. Man sieht ohne mein Erinnern ein, daß ich Hufelanden ganz beistimme, wenn er in seiner Makrobiotik gegen die so concentrirten Kraftbrühen eifert, welche auf den vornehmen Tafeln so unnützerweise zum Nachtheil der Genießenden, zum Nachtheil der Nichtgenießenden prangen. Was das Letztere anbetrifft, so erinnere ich meine Leser an den guten Büsch in Hamburg. Er erzählt von einem Kaufmanne, der seinem Stande und der Menschheit Ehre brachte, daß er kein Pfund Fleisch für Gelees hätte auskochen und so damit den Aermern den Preis vertheuern lassen, die desselben zur Stärkung so sehr benöthigt sind.

Indessen der Nachtheil ist noch größer im zweiten Falle, in dem, wo die nährenden Bestandtheile keinesweges so aufgelöset sind, daß sie unmittelbar von den aufsaugenden Gefäßen können aufgenommen werden. Dieses ist dann noch schlimmer. Der Magen soll dann alles das erst thun, was im Munde schon zur Hälfte sollte gethan seyn. Die Verähnlichung der fremden, für die Ernährung bestimmten, Materien, fängt schon in diesem Organe an. Deßwegen gab uns die Natur die Zähne, deßwegen gab sie uns den Speichel und die Kaumuskeln. Die erstern und die letztern sollen das Feste verkleinern, und der zweite sollte es in einen Brei verwandeln, der schon der animalischen Oekonomie näher ist, als es vorher mit den noch nicht damit vermischten Stoffen der Fall war. Die flüssige Form thut das nicht, was der Speichel thut.

In dieser Hinsicht bekenne ich nun offen, daß ich nicht der Freund der Rumfordschen Suppen bin, wie sie es wohl in jeder andern werth sind. Alle Nachtheile, welche daher entstehen können, sind von dem täglichen Genusse dieser Nahrungsmittel zu befürchten, und so wohlthätig dasselbe in Betreff der Wohlfeilheit, der Nahrhaftigkeit rc. ist, so schädlich würde es dem Arbeiter werden, dessen Magen am Ende aller der Kraft beraubt werden könnte, welche ihm von der Natur zur Zermalmung der Speisen gegeben

wurde. Gut ist die Einrichtung, welche hier und da ist getroffen worden, wo die Rumford'sche Suppenversorgungsanstalt existirt, das Brot besonders zu geben, das nun vom Empfänger nach Belieben genossen werden kann.

Es ergiebt sich aus diesem allem, daß die flüssige Form der Speisen im Allgemeinen nur dann zu empfehlen sey, wenn dieselben darin gleich so aufgelöst sind, daß die Verdauungskraft sie wirklich gar nicht erst zu assimiliren nöthig hat, daß sie aber von dieser Art nicht immer, nicht von jedem genossen werden darf, sondern nur dem bekommt, dessen Verdauungskraft schlecht beschaffen, dessen Körper dennoch schnellen Ersatzes bedarf, also Kranken, Genesenden, vorzüglich Alten, Kindern. Allen übrigen wird das festere Gemüse, das feste Fleisch und Brot ungleich besser bekommen, während sie das Bedürfniß des Flüssigen bei erwachendem Bedürfnisse des Durstes mit den dazu bestimmten Getränken befriedigen.

IX.

Fortsetzung.

Warm oder kalt ist eine andre Form, unter welcher die Speisen genossen werden, und auch hier ist denn auch oft wieder gestritten worden, welche von beiden den Vorzug verdiene. Ist weder der Grad der Wärme und der Kälte, von keiner großen Bedeutung, so macht es in der That keinen allzugroßen Unterschied. Der Wärmestoff, der im Magen ist, oder die daselbst befindliche innere Wärme wird sich dem gemeinsamen Bestreben des Wärmestoffs zufolge, immer mit dem ins Gleichgewicht setzen, was ihm erreichbar wird, wird bald mit in die Speisen übergehen, die kühler waren, als die Temperatur des Magens, im Gegentheil aber, wenn die Wärme der erstern größer ist, so wird sich diese bald an dem Magen über verbreiten.

Indessen ganz anders ist es, wenn die eine oder die andere Temperatur sehr erhöht ist. In dem Falle, wenn man sehr kalt ißt und trinkt, wird dem Magen der Wärmestoff in zu großer Menge entzogen. Je weniger er aber auch selbst nun jetzt hinreicht, das Genossene mäßig zu erwärmen, je nothwendiger der Reiz der Wärme zufolge alles dessen ist, was wir oben davon ge-

lesen haben, desto größer müssen hiervon die Nachtheile seyn, die daher entstehen können. So ist denn nach dem Genusse sehr kalten Getränkes in reichlicher Menge meistentheils Schauer über den ganzen Körper verbreitet zu spüren, leicht entsteht ein Durchfall, Schmerz in den Gedärmen, ja wohl gar Entzündung des Magens, wenn dieser z. B. bei heftiger Bewegung sehr erhitzt und das Genossene ungemein kalt war, wie es z. B. beim Gefrornen ist, eine Leckerei, die unerkannterweise so manche Gefahr kennt.

Zu warme Speisen und Getränke schaden auf die entgegengesetzte Art. Wenn man in jenen ein Mittel sieht, wodurch der Organisation ein nothwendiger Reiz im höhern oder geringern Grade entzogen wird: so hat man hier ein Mittel, ihn vielleicht zu sehr in Thätigkeit zu setzen. Ich enthalte mich, des Falles zu erwähnen, wo das Genossene so heiß ist, daß die Wege gar verbrannt werden, durch welche es passiren muß, man erlaube mir nur, bei dem stehen zu bleiben, was sich so oft bei uns ereignet. Wie schwitzt nicht so mancher bei seiner Suppe, und seiner dampfenden Gemüßschüssel! Wie muß er nicht blasen, um das Stück Fleisch nun so taliter qualiter in den Magen hinunter zu bringen, ohne den Gaum zu verletzen, wie plagt er sich mit seinem Kaffee, seinem Thee. Gewiß kann so etwas

nicht ohne Nachtheil bleiben, und es bleibts auch nicht. Die Geschmacksnerven werden abgestumpft, die Gedärme dahin gebracht, daß ein stärkerer Zufluß der Säfte dahin Statt findet, als eigentlich seyn sollte, daß sie dieses Reizes nicht mehr entbehren können. Man träumte sonst sehr viel von Erschlaffung, die durch Wärme soll verursacht werden, und fand denn darin namentlich den Schaden, der aus dem Genusse der warmen Getränke erwachsen könnte; ich glaube, daß man sich die Sache ungleich richtiger nach dieser Ansicht wird vorstellen können. Kälte und Wärme rc. sind ja nichts als verschiedene Grade. Auch die erstere ist noch Wärme, nur mindere, auch die Hitze ist noch Wärme, nur höhere. So müssen also auch dieselben Wirkungen daraus hervorgehen, und diese nur wieder in dem Grade, nicht der Art nach verschieden seyn. Wenn beim Genusse sehr kalter Speisen und Getränke der Wärmestoff, der dem Körper adhärirt, zunächst im Magen und von da aus immer weiter fort entzogen wird, so fehlt nun einem verhältnißmäßigen Grade nach der Reiz, der für die Gefäße rc. nothwendig ist. Langsamer geht das Blut, weniger in die entferntern Theile, und so entsteht das Gefühl des Frierens, des Mißbehagens rc. die entgegengesetzten Erscheinungen werden nun hier Statt finden müssen. Statt Frost wird man Hitze empfinden, statt daß die Haut

runzlich zusammengezogen ist, wird man sie hier stärker ausdünsten, mit Schweiß wohl gar bedeckt sehen, selbst Blutanhäufungen werden sich da erzeugen, wo der Reiz der Wärme, hier ein zu hoher Reiz, zunächst und also auch am stärksten begründet wird. So erkläre ich mir die Entstehung der Hämorrhoiden, von denen so mancher aus dem Grunde geplagt ist, den ich so eben anführte, ohne daß er ihn zu ahnden oder zu glauben geneigt seyn sollte. So leidet so mancher sogleich an Hartleibigkeit, wenn er frühmorgens sich einfallen läßt, ein oder zweimal das warme Getränk zu sich zu nehmen, das ihm zur zweiten Natur geworden war.

Wie alle die Dinge, welche auf den Menschen einwirken, in ihrer Einwirkung stets auch den Umständen unterworfen sind, von denen bestimmt werden, welche bei dem erstern selbst Statt finden, so gilt denn auch dieses von diesem. So wie wir einmal zu leben gewohnt sind, möchten kalte Speisen und Getränke uns nicht leicht lange bekommen, sind sie aber nur nicht zu kalt, so giebt es doch Augenblicke, wo man nicht allein ein großes Verlangen darnach trägt, sondern sie auch mit dem größten Vortheil genießt. Dieß ist z. B. der Fall im heißen Sommer. Der hohen Einwirkung des Wärmegrades, der hier in der Atmosphäre herrscht, wird durch diese Form

ein glückliches Gleichgewicht gehalten. Im Winter findet das Gegentheil Statt. Sollte man gegen den Genuß warmer und kalter Speisen auch noch so eingenommen seyn, nie wird man doch es leugnen können, wie wohl dem erstarrten Wanderer eine Tasse Kaffee, Thee, ein paar Löffel warmer Suppe bekommen. Der Reiz, der bisher auf seine äußere Peripherie gemangelt hatte, wird hier vom Magen aus Statt finden, das glückliche Gleichgewicht wieder hergestellt werden, das immer zwischen der Kraft, als das letzte Ursächliche des Lebens, und den Dingen gedacht werden muß, welche diese erstere selbst zur Thätigkeit bringen.

X.

Fortsetzung.

Man erlaube mir, zu einer Uebersicht der einzelnen Dinge überzugehen, welche zur Nahrung benutzt werden können. Ich will sie nach den verschiedenen Eigenschaften abtheilen, die wir an ihnen theils unmittelbar, bei ihren Untersuchungen, theils mittelbar zufolge der Erfahrungen abstrahiren können, die wir über ihre Wirkung im menschlichen Körper gemacht haben. Am En-

de können sich dann vielleicht einige allgemeine Grundsätze aufstellen lassen, die in dieser Schrift vielleicht nicht am unrechten Orte sind.

Es giebt eine Menge Nahrungsmittel, welche das Eigene besitzen, daß sie vorzüglich den Verlust ersetzen können, welcher im menschlichen Körper jeden Augenblick nach Maaßgabe des darüber oben Beigebrachten Statt findet. Hierhin gehören alle diejenigen, welche eine große Menge der thierischen oder vegetabilischen Gallerte enthalten; theils werden es also Fleischspeisen, theils Pflanzenspeisen seyn. Bleiben wir zuerst bei den

Fleischspeisen

stehen; bei ihnen, die den vorzüglichsten Gehalt an Gallerte haben, wenn nicht Alter, oder Krankheit, oder Mangel an Fütterung das Gegentheil bewirkt haben. Vorzüglich empfehlen sich alle diejenigen durch ihr lockeres, mürbes und dem Geschmacke behagendes Fleisch, die Thiere, welche von Pflanzen leben, also die Pferde, Rinder, Schafe, alle Arten des Wildprets, Tauben, Hühner u. s. f.; nächst ihnen stehen alsdann diejenigen, welche theils von Pflanzen, theils von Thieren selbst wieder leben, z. B. Hunde, Katzen, Schweine, Enten ꝛc. Kastration, Geschlecht des Thie-

res, Aufenthalt, Behandlung, macht ebenfalls in Bezug auf Wohlgeschmack und Nahrhaftigkeit einen Unterschied. Die eingesperrten Thiere sind meistentheils kränklich. Je fetter unsere Gänse in ihren Ställen werden, wo sie sich nicht rühren können, je größer ihre ausgenommenen Lebern erscheinen, desto kränker waren sie eigentlich, desto weniger sind sie der Organisation zuträglich, insofern es auf Ersatz des darinne Verlohrnen ankommt. Diejenigen aber, welche im Freien herumlaufen, sind auch gesünder und schmackhafter. Man hat dafür den Beweis in der Vergleichung zwischen dem Fleische des zahmen und des wilden Schweines. In dieser Hinsicht möchte sich nun freilich die Stallfütterung nicht so recht empfehlen. Wenigstens sollte bei ihr die Einrichtung gemacht werden, daß das Hornvieh den ganzen Sommer über am Tage sich in einem luftigen hinlänglich räumlichen Hofe aufhalten könnte. Kastrirte Thiere sind immer wohlschmeckender, besser genährt und fetter, als die nicht geschnittenen; diejenigen, welche geängstet, gemartert werden, verlieren nicht allein alle die Völle, die ihnen eigen war, sondern gehen auch ungemein schnell in Fäulniß über, wenn sie getödtet sind. Dieß ist der Fall bei dem parforce gejagten Wilde z. B. Obrigkeiten sollten sehr darauf sehn, daß so etwas nicht Statt finden könnte. Die Art, wie Lämmer und Kälber von unbarmherzigen Flei=

schern auf den Heerstraßen fortgetrieben werden, trägt gewiß nicht dazu bei, gesundes gutes Fleisch den Bewohnern der Stadt zu liefern.

Da das Fleisch als Nahrungsmittel der Gallerte wegen zu schätzen ist, da diese sich in um so größerer Menge darinne befindet, je mehr es eigentliches Fleisch, nicht aber Sehne, Eingeweide, Darm u. s. f. ist, je weniger das Thier, von dem es genommen war, alt ist: so ergiebt sich daraus, daß es ungemein vortheilhaft für die Haushaltung, für die Ernährung der ärmern Familien wäre, wenn man darauf bedacht wäre, auch aus den Theilen und aus dem Fleische die Gallerte zu ziehen, die unmittelbar als Nahrungsmittel in einer oder der andern Hinsicht umbrauchbar, unschmackhaft, ungesund sind. In Frankreich hat der berühmte Cadet de Veaux ungefähr vor einem Jahre einen Vorschlag in Bezug auf die Knochen gethan. Daß in ihnen viel gelatinöse und also ernährende Theile enthalten sind, dafür waren schon viele Hunde ein Beweis davon, die bloß davon leben müssen. Auch hatte man schon vor Jahren dieß eingesehn, und in der Absicht sie herausziehen, die Papinische Maschine empfohlen, die nur den Nachtheil hatte, daß sie zuweilen Kostenaufwand mit dem Holze machte. Er schlägt ein einfacheres Mittel vor; in einem eisernen Mörser, den jede Haus-

haltung sich anschaffen soll, soll man sie pülvern und dann auskochen *).

Ich glaube, auch dieser Vorschlag leistet noch nicht alles. Versäumniß der Zeit ist schon ein Hinderniß, des Aufwandes mit dem Mörser von solcher Größe nicht einmal zu gedenken. Wie gut wäre es, wenn mein Vorschlag ausgeführt würde! wenn die aus Knochen, alten, zähen Fleische u. s. f. zu verfertigenden Gallerten in Form der trockenen Fleischbrühen (des gélees feches) im Großen verfertigt und dann zu einem Handelszweig gemacht würden, der dem Verfertiger gleich viel Vortheil als dem armen Käufer und dem reichen Wohlthat wäre. Ich habe schon in einem andern Werkchen **) den Landmann darauf aufmerksam gemacht, wie nachtheilig es für die Gesundheit ist, gegen den Winter hin eine alte Kuh, einen abgelebten Büffel zu schlachten, und von dem eingesalzenen, und also schon dadurch weniger gesunden Fleische wöchentlich mehrmal zu essen. Besser, behauptete ich dann, sey es, das hier angegebene Verfahren selbst auszuüben; in der Stadt möchte bei dem theuren Holze, bei der kleinen Quantität Fleisch, welche man kaufen

*) Etwas ähnliches ist bei den Lappländern mit den Rennthierknochen. S. Acerbis Reise.

**) Haus- und Reiseapotheke. S. 287.

könnte, dieses nicht Statt haben, wie gut würde es aber seyn, wenn man diesen Rath befolgt sähe. Ich könnte mehrere Seiten über die Wohlfeilheit, Ersparniß, Sicherheit, nicht beim Einkauf des Fleisches so oft betrogen zu werden, wie es vorzüglich in den kleinern Städten der Fall ist, wo man oft das ganze Jahr hindurch kaum einmal einen Bissen gutes Fleisch bekommen kann, u. s. f. schreiben, allein was würde es nützen? Nichts; denn bevor unter uns kalten, vergeßlichen Deutschen ein Vorschlag versucht und ausgeführt wird, vergehen Jahre.

Es giebt unter den Thieren keine einzige Klasse, welche nicht ihr Fleisch den Menschen zur Nahrung liefern müßte. Einige sind indessen mehr, andere weniger im Gebrauch, einige können täglich, ohne Eckel, ohne Widerwillen, ohne Nachtheil zu empfinden, genossen werden, andere müssen nothwendig seltner den Genuß ausmachen, und bleiben nur auf diese Art ein Gegenstand der Geschmacksneigung.

Das Hornvieh ist das erste; in England, der Schweiz und einigen andern Ländern das vorzüglichste Nahrungsmittel aus dem Thierreiche. Der verschnittene Stier giebt das wohlschmeckendste und saftigste, die Kuh steht darin am

meister nach, und nur in dem jüngern Alter ist sie noch mit Appetit zu genießen. Das Fleisch der Kälber darf nicht von zu jungen genommen seyn. Hier ist es fast lauter Gallerte und fällt so leicht dem Magen zur Last.

Das Schafvieh, vorzüglich der verschnittene Hammel, giebt dem vorigen nichts nach. In den türkischen Ländern macht es nebst dem Reiß eine der Lieblingsspeisen aus, vorzüglich gilt dieses von den Kleinasiatischen Provinzen.

Die damit verwandten Ziegen müssen sehr jung, bis zum dritten Jahre hin, geschlachtet werden und zwar in der Zeit, wo der Begattungstrieb gestillt ist. Im Gegentheil haben sie ein zu zähes Fleisch und sind durch den ihnen specifischen Geruch ekelhaft.

Das wilde Schwein giebt nicht allein sehr wohlschmeckendes, sondern auch gesundes Fleisch; unser zahmes hingegen ist meistentheils zu fett, und nicht allein schon so, sondern auch dadurch schwerverdaulich, daß dieses Fett selbst nur sehr spät von den Verdauungssäften gemischt wird. Schwächliche Magen zeigen es noch nach fünf, sechs Stunden unverändert. Da das Fett überhaupt, wenn es sich in der Wärme des Magens länge verweilt, leicht ranzig wird, und dadurch leicht in den Organen ein nachtheiliger Reiz wer-

den

den kann, wo die unnütz gewordenen feinern Stoffe ausgeschieden werden, so sieht man allenfalls ein, wie aus seinem häufigen Genusse, bei nicht recht starken Verdauungskräften, Ausschläge auf der Haut Statt finden können, wie man ehemals und auch noch jetzt, in gewissem Sinne sagen könne, es mache unreine Säfte. Dieses und einige andere Umstände machten auch wahrscheinlich, daß es schon seit undenklichen Zeiten im Morgenlande verboten ist.

Hirsche, Rehe, Hasen geben ein ungemein leicht verdauliches Fleisch, nur müssen sie nicht zu alt und nicht etwa viel gejagt seyn.

Unter den übrigen Quadrupeden sind alle schmackhaft, und zu genießen, welche von Pflanzen leben, indessen sind sie nur hier und da gebräuchlich, da sie auf ein kleineres Lokal eingeschränkt oder aus andern Ursachen nicht gebräuchlich sind. Hieher gehört z. B. der mit Brotfrucht gefütterte Hund auf O-Tahiti; das Elennthier, das Rennthier in den nördlichen Gegenden, das Pferd in den Tartarischen Steppen, das Lama in Südamerika u. s. f.

Unter den Vögeln können und werden meistentheils alle die gegessen, welche von Körnern

und Pflanzen überhaupt leben. Hierher gehört denn nun das ganze Hühnergeschlecht, mit wenigen Ausnahmen. Das Haushuhn, vollends der Kapaun, die Truthenne oder das kalekutsche Huhn, das Rebhuhn, sind die gewöhnlichsten, das Birkhuhn, der Phasan, der Auerhahn rc., die kostbarsten und nicht gerade wohlschmeckendsten. Der Pfau ist am unschmackhaftesten. Bei den alten Deutschen im Mittelalter wurde er oft als Schaugericht aufgetragen, bei den Römern sah man ihn oft, vielleicht der Pracht wegen, auf der Tafel, und der bekannte Schwelger, Heliogabalus ließ aus Pfauenzungen die kostbarsten Pasteten backen *).

Unter den Wasservögeln (anseres L.) ist vorzüglich die Gans und die Ente beliebt. Das Fleisch der zahmen, gemästeten, enthält viel Fett, und dieses zeigt in Hinsicht der Verdaulichkeit fast dieselben Eigenschaften, die das der Schweine hat. Dieß ist denn Ursache genung, sie weniger fett zu machen, als es gewöhnlich geschieht, wenn nicht so manchmal die sinnliche Begierde

*) Die Wachtel gehört auch hierher, wird aber bei uns selten genossen. Häufig dagegen in Sardinien, Malta und diesen Gegenden, wo man sie zu tausenden fängt, wenn sie Europa verlässen.

Herr des Verstandes wäre. Anhaltend kann man sie indessen aus der angegebenen Ursache nicht, ohne bald Widerwillen zu empfinden, fortgenießen.

Unter den Sumpfvögeln ist vorzüglich die Schnepfe bekannt, dem Kiebitz stellt man mehr der Eier wegen nach. Alle andere sind wenig im Gebrauch, da sie nur von den Bewohnern der Sümpfe, Fröschen, Eidechsen, Kröten u. s. f. leben, und deßhalb ein eßhaftes, zähes, nicht eben wohlschmeckendes Fleisch haben.

Die Singvögel (passeres) sind alle genießbar und wohlschmeckend; Taube, Lerche, Drossel und einige andere sind die gewöhnlichsten, doch werden auch Sperlinge, Hänflinge u. s. f. häufig genossen. Vorzüglich berühmt sind die Leipziger, Hallischen und Nördlinger Lerchen, die bei trübem Herbstwetter in den dortigen Gegenden zu vielen Tausenden gefangen und in die fernsten Gegenden versendet werden.

Von einzelnen Individuen werden außer den angegebenen noch manche Vögel in jedem Geschlechte gegessen; die Krähe z. B. wird oft statt der Taube untergeschoben.

Schildkröten, Eidechsen, Schlangen, Vipern sind unter den Amphibien mehr oder weniger gewöhnliche Nahrungsmittel. Die Schildkröte gehört vorzüglich hierher. Von Vipern wird vorzüglich als Arzneimittel Gebrauch gemacht, wenigstens war es sonst der Fall. Schlangen werden bei einigen Negervölkern gegessen.

Unter den Fischen giebt es fast keinen, der nicht hier oder da gegessen würde. So viel Gallerte enthalten sie nicht, wie die Quadrupeden, Vögel und Amphibien. Die vielen schleimigen und die fettigen, thranigen Theile mancher machen sie ungemein zuwider und schwer zu verdauen. Karpfen, Lachse, Hechte, Aale, Kabeljaue, Makrelen, Lampreten, Störe, Heeringe sind bei uns die gewöhnlichsten, wohlschmeckendsten, und, den fetten Aal ausgenommen, auch wohl die gesündesten. Je kleiner der Fisch ist, desto weniger nährend, desto unverdaulicher pflegt er meistentheils zu seyn.

Unter den Insekten sind die See- und Flußkrebse vorzüglich bekannt. Viel Gallerte haben sie, aber nicht selten auch sehr vieles Fett. Sie und einige Fischarten erzeugen einen eignen Hautausschlag, der manchem Menschen wenigstens eigen ist, und vergebens hat man bis jetzt diese Wirkung zu ergründen gesucht. In den Sommermonaten sind unsere Krebse am besten.

In den Monaten, welche ein R haben, sagt das Sprüchwort, taugen sie nichts und es ist die Wahrheit. In Afrika, in den Wüsten Arabiens, wird auch häufig eine Art Heuschrecke gegessen.

Unter den Würmern sind die Austern, Muscheln und Schnecken bekannt. Unter den Muscheln äußern einige eine sonderbare Wirkung auf die Haut, und in ihrem Genusse ist Vorsicht in der That sehr vonnöthen, wie denn auch ihre feste zaserige Substanz sie dem Magen nicht leicht zu verdauen macht.

Die Schnecken verdienten einen allgemeinern und wichtigern Gebrauch. Sie, wie es im Reiche geschieht, in Butter zu braten, taugt nichts. Aber gut wäre es, die braune Waldschnecke, und die große Gartenschnecke in den ärmern Haushaltungen zu Suppen zu benutzen, die eben so nahrhaft wären, als die besten von Fleischbrühe bereiteten, und keinen Dreier kosteten. Mit weniger Mühe wird man sogar aus ihnen eine feste Gallerte bereiten und sie so für den Winter aufsparen können, wo es keine giebt.

XI.

Die Milch, ein Produkt des Thierreichs, sey sie nun von den Kühen, Schaafen, Ziegen Pferden rc. genommen, ist seit den ältesten Zeiten her als ein Nahrungsmittel bekannt gewesen, das die Natur dem Menschen selbst vor allen andern angewiesen hat, und sich, unter den gehörigen Umständen, durch Wohlgeschmack, stark hervorgehende Ernährung, Verdaulichkeit und dergleichen vorzüglich empfiehlt. Die kraftvollen Bewohner der Alpen leben von ihr und den daraus erhaltenen Produkten einen großen Theil des Jahres über. Auch der Tartar zieht in großer Menge Nutzen von der Milch, die ihm seine Stuten geben. Allein von ihr zu leben ist unter uns eben nicht gewöhnlich; nur in und nach einigen Krankheiten, wo es schwer hält, die Ernährung des Körpers zu bewirken, und an einem schnell und stark nährenden Produkte viel liegen muß, wird sie mit Recht dann empfohlen, wenn man sie gut, von einem gesunden Thier bekommen, in freier Luft und fleißigen Bewegung genießen, und mit noch nicht zu sehr geschwächter Kraft des Magens verdauen kann. Hierhin gehörte denn nun die Schwindsucht; so benutzte man sie bei Reconvolescenten, welche am Nervenfieber darnieder gelegen hatten.

Von verschiedenen Thieren ist auch die Milch verschieden. Die nähern Bestandtheile derselben, das Oehl oder die Butter, der käsigte und der seröse oder Molkenantheil sind nicht in allen auch in demselben Verhältniß da. Hier überwiegt der erstere, z. B. in der Schaafmilch, dort der zweite in der Ziegenmilch, und wieder in einer andern der seröse in der Eselsmilch und Pferdemilch. Den besten Magen erfordert diejenige, welche den erstern Bestandtheil in großer Menge enthält; am leichtesten verdaut sich im Gegentheil die, wo nur der seröse Bestandtheil der überwiegende ist. In der Hinsicht ist der Eselsmilch die Ziegenmilch durchaus vorzuziehen, wenn der Magen nicht so ganz seine Kraft noch hat. In der Kuhmilch sind die drei genannten Bestandtheile bei gehöriger Gesundheit und guter Fütterung am gleichmäßigsten gemischt.

Die Eier sind eine andere Speise aus dem animalischen Reiche, die ungemein leicht und schnell, sogar in noch so großer Menge, von einem schwächlichen Magen verdaut werden. So falsch es wäre, sie zum täglichen Genusse bei starken Verdauungskräften allein zu gebrauchen, wo sie zu stark nährend wären, und dem Magen bei der nöthigen Menge leicht beschwerlich fallen könnten: so vortheilhaft ist es, sie dann zu gebrauchen, wenn man von Arbeiten erschöpft, von

Reisen und dergleichen ermüdet ist, und einen stärkern Ersatz als gewöhnlich braucht. Man muß sie nur alsdenn roh genießen. Selbst wenig gesotten, sind sie schon weniger verdaulich und nährend, und harte Eier verdaut, wenigstens was das Eiweiß anbelangt, kaum ein Matrosenmagen. Da sie indessen manchem zu fade in dieser Gestalt sind, so verdient, glaube ich, der Rath nicht überflüssig zu seyn, sie mit etwas Wein und Wasser zu mischen, etwas Zucker zuzusetzen, und so zu genießen. Reisenden müssen sie sich auf diese Art in schlechten Wirthshäusern vorzüglich empfehlen. Wöchnerinnen, die selbst stillen, rathe ich sie den vierten, fünften Tag nach überstandner Geburt, als eines der besten und wohlfeilsten Mittel an, theils den Ersatz des verlohrnen Blutes, der verlohrnen Säfte zu bewirken, theils dem Aufwande der abzusondernden Milch gewachsen zu seyn, wenn sie von Natur schwächlich, oder schon von mehrern Kindbetten, Krankheiten u. s. f. schwächlich geworden sind. Drei, vier rohe Eier oder Eidotter *) werden mit einem halben Nösel guten Wein und einem Nösel

---

*) Das Eiweiß ist etwas schwerer zu verdauen. Güte des Magens muß daher über den Mitgebrauch entscheiden.

Wasser abgerieben, und von diesem gleich sehr erquickenden als nährenden Tranke nimmt die Wöchnerinn alle 4 — 5 Stunden eine reichliche Kaffeetasse voll.

Ich gehe zu der Nahrung über, die uns das Pflanzenreich giebt, und von der Art ist, daß sie vorzüglich geeignet ist, den Verlust zu ersetzen, den der Körper erleidet. Es gehören hierher nicht allzuviele, und im Allgemeinen nur diejenigen, in welchen der Schleim, die vegetabilische sogenannte Gallerte, das Stärkemehl und das Oehl eine überwiegende Rolle spielt. Solche aber können, gehörig bearbeitet und einem guten kraftvollen Magen übergeben, auch in der That den Körper fast allein oder lange allein erhalten, vorzüglich, wenn er nicht zu sehr durch Arbeiten und Strapazen angegriffen, durch Krankheiten keinesweges erschöpft ist.

Zu den vegetabilischen Nahrungsmitteln, welche viel Gallerte oder Colla = Schleim und Stärkemehl (auch Kraftmehl genannt), als einen überwiegenden Bestandtheil enthalten *), gehören

---

*) Auch Zuckerstoff findet man in Menge darin, daher jede Getreideart, mehr die eine, weniger die andere zum Branntweinbrennen gebraucht werden kann und gebraucht wird.

denn zuerst alle Getreidearten, alle mehlige Saamen, der Roggen, Weizen, Spelz, Hafer, Reis, türkische Weizen, Buchweizen, Schwaden, Hirse u. s. f. Die einfachste Art des Gebrauchs besteht in der Zermalmung der Körner in ein feineres oder gröberes Mehl in einer Mühle, einem Mörser oder andern bald einfachern, bald künstlichern Werkzeuge. Das so erlangte Mehl mit Wasser in einen Brei verwandelt war nicht allein die erste Art des Genusses dieser Früchte, sondern ist es bei wilden Völkern zum Theil wenigstens noch. So nimmt der nordamerikanische Wilde auf seinen Jagden eine kleine Quantität Mehl in seinem Gürtel mit, und diese giebt ihm mit Wasser angerührt seine spärliche Nahrung.

Indessen so die Ernährung zu bewirken — das ist nur bei einem ungemein guten Magen möglich, und auch da möchte sie, wenn der Gebrauch lange fortgesetzt wird, endlich sehr unvollkommen seyn. Das in Mehl verwandelte Korn jeder Getreideart gehört nämlich zu den Nahrungsmitteln, die des nährenden Stoffes zwar in großer Menge enthalten, allein dieser ist so fest mit den übrigen gebunden, daß die Kunst ihn erst gehörig vorbereiten muß, bevor man von ihnen vortheilhaften und vollkommenen Gebrauch machen kann.

Die einfachste Bereitungsart ist nun ohne Zweifel das Kochen des Mehls in Wasser. Hier wird es nun schon ungleich verdaulicher, und manche Sorten können so schon ohne Bedenken genossen werden. Dieß ist z. B. der Fall mit dem in grobes Mehl verwandelten Hafer, (die Hafergrütze) mit dem Hirse, Reiß=Grütze; andere hingegen stellen doch der Verdauung ungemein große Hindernisse in den Weg, und können nur von einem sehr kraftvollen Magen genossen werden, z. B. die Breie, die der Roggen liefert. Fehlt diese subjektive Bedingung, möcht' ich sagen, d. h. diejenige, welche bei dem selbst Statt finden muß, der davon ernährt werden soll, dann bleiben sie als zäher Kleister zurück, gehen in Gährung über, es entstehen Verstopfungen, Würmer, die Ernährung geht schlecht von Statten, und eine Menge Krankheiten entstehen daher, die oft gar nicht zu heben, oft nicht eher, oder doch nicht für beständig zu heben sind, bis diese Nahrung mit einer bessern ist vertauscht worden. Das war denn z. B. sehr oft, und ist es hier und da noch der Fall mit unsern Kindern. Das ist der Fall mit so manchen armen Bewohnern des Landes in kleinen Städten.

So ist es denn ungleich vortheilhafter und allgemein zuträglicher, daß man aus diesem Brei selbst das Brot zu verfertigen lernte, das Produkt

des mit Wasser eingerührten, zur Gährung gebrachten, seiner Feuchtigkeit und Luft beraubten Mehles, das unter solchen Umständen nun weder so blähend, d. h. nicht so viel Luft im Darmkanal entwickelnd, noch so belästigend durch sein Gewicht seyn kann, das ferner durch seine feste Masse schon beim Kauen nun eine größere Vorbereitung, um verdaut zu werden, erleidet, als dieß beim gekochten und nicht gekochten Mehlbrei möglich ist, anderer kleinern Umstände nicht zu gedenken, welche hier mehr oder weniger als vortheilhaft anzusehn sind.

Je nachdem das Brot von dieser oder jener Getreideart gebacken ist, je nachdem ist es auch mehr oder weniger nährend, verdaulich u. s. f.

Das gewöhnlichste ist das Roggenbrot. Wollte der Himmel, man führte den Gebrauch ein, es so zu bereiten, wie die Westphälinger ihren Pumpernickel. Es nährt dieser stärker, bleibt ungemein lange saftig, und würde nicht allein in dieser, sondern auch in ökonomischer Hinsicht in unserm Zeitalter vortheilhaft seyn, wo die Theurung durch den Gebrauch, die Kleien abzusondern, dem Aermern noch lästiger fällt *).

---

*) Etwas ähnliches ist denn aber doch hier und da gethan worden. Man hat die Kleien mit verbacken. Gienge man nur noch diesen Schritt weiter! Jenes kam von oben, dieses müßte auch von daher kommen.

Weizenbrot wird bei uns weniger allgemein genossen, und beschränkt sich zum alltäglichen Genusse mehr auf die vornehmern Tafeln. Nahrhafter ist es, doch wirft man ihm mit Unrecht vor, daß es leicht Verschleimung nach sich ziehe. In Frankreich, England, Persien, der Türkei, kennt man kein anderes Brot.

Das türkische Korn, oder der Mais wird bei uns nicht benutzt. Der Vorschlag, es häufiger anzubauen, der vor einem Jahre im Reichsanzeiger gethan wurde, möchte noch in anderer Hinsicht vortheilhafter seyn, nämlich in dem, daß jedes kleine Stückchen Gartenland dazu benutzt werden könnte, worauf jetzt vielleicht nur Blumen stehen, die höchstens auf einen Augenblick die Nase oder auch ein paar die Augen kitzeln. Schade ist es, daß es nicht an sich so zum Brotbacken kann benutzt werden, wie Roggen und Weizen. Mit dem letztern vermischt soll es sich aber nach der Versicherung einiger ungemein gut dazu schicken. In den Gegenden, wo er allein gebaut wird, z. B. Nordamerika, wird der eingerührte Teig in Form kleiner Kuchen jedesmal frisch in heißer Asche binnen kurzer Zeit gebacken, die nicht allein ungemein verdaulich, sondern auch wohlschmeckend seyn sollen.

Haferbrot wird nur in sehr armen Gegenden, z. B. in den Gebirgsgegenden unsers sächsi-

schen Vaterlandes genossen. Der süßliche Geschmack, die Neigung, sehr zu vertrocknen und die nicht allzugroße Nahrhaftigkeit — das alles macht es nicht sehr empfehlenswerth.

Gerstenbrot wird wegen seiner Sprödigkeit ebenfalls ungemein wenig benutzt. In Jena hat man bei der jetzigen Theurung für die Aermern den Versuch gemacht, aus zwei Drittel Roggen und einem Drittel Gerstenmehle ein Brot zu backen, das ungemein verdaulich, wohlschmeckend und doch verhältnißmäßig wohlfeiler seyn soll. Schon der Verfasser der Hausmutter, eine der wichtigern ökonomischen für das gemeine Leben berechneten Schriften hat dieses versichert.

Die wenigen übrigen Getreidearten können theils nicht, theils werden sie nicht allgemein zum Brodbacken benutzt. Daß übrigens unter das Brot oft eine Menge Dinge mit gebacken werden, welche die Gesundheit um so sicherer untergraben, je weniger man immer auf das zu fallen pflegt, was uns zunächst umgiebt, je länger es also einwirken kann, ist eine traurige Erfahrung; die Vermischung mit Erbsen = Linsen = Wicken= Kartoffelmehl in theuren Zeiten ist noch eine der unschädlichsten, denn ein guter Magen kann diese Dinge recht gut noch mit verdauen. Schon schlimmer ist die mit Eichelmehl, das in jeder

Hinsicht nicht als Nahrung benutzt, sondern als Arzneimittel betrachtet werden kann. Wenn es Menschen gab, die nur von Eicheln lebten, von welchen Wieland erzählt:

„Sie wirken mit Fellen bedeckt, in dunkeln Eichen-
hainen,
Der Mann mit der Keule bewahrt, das Weib mit
ihren Kleinen
Nach Affenweise behangen, und sank die Sonne, so
blieb
Ein jedes liegen, wohin der Zufall es trieb.
Der Baum, der ihnen Schatten gab,
Warf ihre Mahlzeit auch in ihren Schoß herab.
Und war er hohl, so wurde bei Nacht
Aus seinem Laub ihr Bette in seine Höhle gemacht. —“

Wenn es, sage ich, wahr ist, daß es solche Menschen gab, so beweist dieses wenig oder gar nichts, da die Entdeckung eines Franzosen es wahrscheinlich macht, daß es keine anderen, als solche Eicheln waren, die in Geschmack und Bestanndtheilen die größte Aehnlichkeit mit den süßen Kastanien hatten, und die sich also zu den unsrigen verhalten, gerade so wie diese zu unsern Pferdekastanien. Wer sollte wohl von diesen leben?

Was soll man nun aber mit den Schurken von Müllern und Bäckern thun, welche Alaun,

Kalk, Pottasche, Todtenbeine *), Taubenmist, u. s. f. darunter mischen? In den Staaten, wo Todesstrafen noch existiren, sollten sie zum wenigsten mit diesen, wie jeder Mörder, belegt werden. In andern die Behandlung ertheilen, welche, in Ermangelung der Todesstrafe, den ärgsten Missethätern angethan wird **).

In Hinsicht der Bestandtheile kommen mit den verschiedenen Getreidearten sowohl, als mit der Ernährung, die sie bewirken, die Hülsenfrüchte überein, zu welchen die Erbsen, Bohnen jeder Art, Linsen, ꝛc. gehören. Da ihr Mehl nicht leicht in Gährung übergehet, so können sie schon deßwegen nicht gut zum Brotbacken benutzt werden. Ueberwindet man auch diese Schwie-

*) Wie den Englischen Schuld gegeben wurde. Journal von London und Paris. Jahrg. 1802. 1tes Stück S. 25.

**) Dagegen empfehlen sich die Zusätze von Kümmel und Salz, die Beimischung von gelben Rüben (Möhren), reifen Kürbissen. Man erhält davon nach dem, was die Hausmutter sagt, ein eben so gesundes als wohlschmeckendes Brot, selbst aus verdorbenem Mehle.

Schwierigkeit, so ist doch das daraus gebackene Brot zu schwer, zu trocken und spröde. Ihr festes Gewebe, ihre viele Colla macht sie sehr schwer verdaulich, aber durch die leztere nahrhaft, die große Menge Luft, die sich aus ihnen beim Verdauen entwickelt, sehr blähend. Kraftvolle Magen, Menschen, die viel arbeiten, genießen sie daher ununterbrochen bei vollkommenem Wohlbefinden. Das ist der Fall bei den Matrosen, z. B. die Wochen lang keine andere Speise haben. Der schwächere Städter — daß es Ausnahmen giebt, bedarf keiner Erinnerung — thäte am besten, sie mehr als Delikatesse zu betrachten, die Erbsen namentlich mehr als Suppe zu genießen, und die Vorsicht allemal zu beobachten, welche ich über solche Genüsse weiter unten angeben werde *).

Eben so nahe verwandt mit diesem Nahrungsmittel sind die wohlschmeckenden Kartoffeln, die der berühmte Seefahrer und Weltumsegler, Franz Drake, im sechzehnten Jahrhunderte nach England brachte, und zu Anfange des achtzehnten in Sachsen noch so selten waren,

*) Grün sind diese Hülsenfrüchte ungemein leicht verdaulich, aber auch weniger nährend.

daß sie am Hofe des starken Augusts als Delikatesse genossen wurden. Ein Glück, daß sie jetzt überall gebaut werden, ein Glück, daß man sie nicht aufschütten und so damit Wucher treiben kann, wie große und kleine Schufte es jetzt mit dem Getreide thun. Die verschiedenen Formen, welche man ihnen geben kann, müssen sie vorzüglich beliebt machen. Als Mus, als Suppe, als Kuchen, als Gemüße sind sie zu benutzen. In der letztern Form, gekocht mit Fleischbrühe, bekommen sie am besten; mit Montur genossen, wie man sagt, und Butter dazu, am schlechtesten, vorzüglich, wenn man die schlüssigen, nicht völligen reifen, genießt. Dadurch sind sie in manchen Gegenden, wo man den Sonnabend jede Woche zum letztenmale, und den Sonntag wieder zum erstenmale Erdbirnen ißt, so sehr der Gesundheit nachtheilig geworden und verursachen nicht selten ungemein hartnäckige Quartanen, (viertägige Wechselfieber) Wurmkrankheiten, Schleimfieber ꝛc. Freilich darf man sie nicht gerade allein als solche Unheilstifter anklagen. Der Gram, die Sorgen, die elenden feuchten Wohnungen, das beständige Sitzen und dergl. sind gerade dort eben so wirksam, als sie. Sie so im Wasser gesotten zu essen, wird dann meistentheils ganz unschädlich, wenn sie ganz reif, ohne alle oder doch wenig Butter und mit einem guten Heringe genossen werden, dem man fein Seesalz so wenig als mög-

lich, genommen hat. Die Mode der Engländer, sie so zu kochen, daß nur die Dämpfe sie erreichen, ist nicht übel, und verdiente wohl befolgt zu werden, wenn sie gleich genossen werden sollen, im Gegentheil ist es besser, sie gleich roh zu schälen, und mit dem Wasser der Fleischbrühe zu kochen.

Ungemein viel Aehnlichkeit mit der Kartoffel hat die sogenannte Erdbirne, Patatte. Das schlimmste ist nur, sie schmecken zu süßlich und sind darum nicht allein manchem eckelhaft, sondern erregen auch leicht Durchfälle, wegen ihres Gährens im Darmkanal, Schneiden, Kolikbeschwerden, und daher mag es denn auch wohl kommen, daß sie nur wenig gebaut werden, daß mancher sich alle Mühe giebt, sie auszurotten, wenn sie einmal angepflanzt, mit ungemeiner Ueppigkeit sich immer weiter und weiter verbreiten. In Westindien brennt man eine Art Brantwein von ihnen. Wer sie ohne Schaden genießen will, der muß sie nothwendig stark würzen und mit guter Fleischbrühe bereiten lassen.

Vortheilhafter wäre es, statt dieser Frucht die Erdnuß, die Erdeckern mehr anzubauen. Sie sind jetzt nur noch in den Niederlanden ein den Vornehmern bekanntes Desert, allein ihre Fruchtbarkeit würde sie bald weiter verbreiten, wie auch einige in Sachsen gemachte Versuche

lehren. Ihr Wohlgeschmack, die Nahrung, die sie geben, das alles macht sie willkommen.

Die Erdmandeln, von welchen jetzt so viel als Kaffeesurrogat gesprochen wird, scheinen nicht so recht fortkommen zu wollen. In Italien werden sie beim Nachtische roh gekaut. Als Nahrungsmittel möchten sie vielleicht nicht recht anzubauen seyn, wenn man aus dem Erfolge der bisher gemachten Anpflanzungen schließen darf.

Die Manjock, eine Wurzel in Südamerika, ist bei uns nicht gebräuchlich. Sie enthält ein sehr bedeutendes, zum Brotbacken gut zu gebrauchendes Mehl, aber auch einen ungemein giftigen Saft, der erst durch Auspressen abgesondert werden muß *).

Ungemein nährend, aber freilich nicht allzuleicht verdaulich, sind eine Menge Früchte, wel-

---

*) Die Manjock ist ein knotiges staudenartiges Gewächs von 7—8 Fuß hoch, das weiße, graue, röthliche und violette Schattirungen hat, und dessen Blätter den Weinblättern gleichen. Der Stamm hat Schüsse, welche die Knoten von einander trennen, und ihn einem Rohre ähnlich machen, dem er an Festigkeit und Schwere völlig gleicht. Die reife Pflanze wird rein gewaschen, eine Zeitlang einge-

che ein fettes Oehl mit vielem Schleim so gemischt enthalten, daß es sich mit mehr oder weniger Mühe von ihnen absondern läßt. Hierhin gehören die Nüsse, die Mandeln, Kakaobohnen, in Italien die Oliven, mehrere Saamen, z. B. Mohnsaamen u. s. f. Allein werden sie selten zur Nahrung benutzt. Mehr gelten sie als Näschereien, oder als Nahrung unter besondern Umständen. Dieß ist der Fall mit der Chokolade, mit der aus den Mandeln, dem Mohnsaamen bereiteten Saamenmilch. Sind Mandeln, Nüsse nicht frisch, ist das Oehl in ihnen ranzig geworden, dann wirken sie, wie das heftigste Gift, wenn sie in großer Menge genossen werden; in geringer Menge verursachen sie doch Heiserkeit, Sodbrennen u. dergl. Den bittern Mandeln, wenigstens der Schale soll ein giftiger Stoff anhängen. Ein Beispiel von Vergiftung dadurch fand im vorigen Jahre Statt, vor-

---

weicht und so lange gekocht, bis sie von ihrem giftigen, wie Wolfsmilch aussehenden, Safte gereinigt ist. So lange sie davon noch hat, schäumt sie beim Kochen. Die gehörig gekochte Wurzel wird so zerschnitten, daß sie wie Sägespäne aussieht, und getrocknet sendet man sie aus Brasilien häufig nach Portugal, wo der Aermere sie unter dem Namen Holzmehl (Farinha de pao) verbäckt.

ausgesetzt, daß nicht Umstände obwalteten, die man übersehen hat. Vogel erzählt es in seiner Gesundheitszeitung.

Unter allen Speisen giebt es keine, über welche die Meinungen der Aerzte so getheilt wären, als die, welche die Pilze, Schwämme, Champignons, geben. — Einigen zufolge sollen sie ungemein starknährend seyn, und mit dem Fleische ganz in Bezug auf chemische Eigenschaften übereinkommen. So versichert Hahnemann, der bekannte Arzt, daß sie auf unsern Körper ganz wie Fleischspeisen wirken, äußerst nahrhaft wären, und mit Wasser gekocht, eine Brühe lieferten, die an Kraft mit Fleischbrühe gleich käme, nur daß sie den eigenen Pilsengeruch an sich habe

Was will man gegen solche Versicherungen einwenden? Nichts, als daß sie uns nicht bestimmen dürfen, so lange uns die Erfahrung noch immer so oft zeigt, daß bald hier bald dort der Tod in den Töpfen war, worin man Pilze kochte, daß es unleugbar Pilze giebt, welche wie das ärgste Gift auf den Körper einwirkten, und daß es vergebens war, bis jetzt ein Kennzeichen auszumitteln, wodurch sich in zweifelhaften Fällen ein nicht giftiger Geschmack vom gif-

tigen unterscheiden läßt. Das ist sogar unleugbar, daß selbst die als Delikatessen bekannten, und allgemein gebräuchlichen Morcheln und Trüffeln bei vielen so nachtheilig wirken, daß sie ihrem Genuß entsagen mußten. Uebelkeiten, Magenkrämpfe, Würgen, Durchfall, sind die Folgen davon bei einigen, die ich kenne. Ueberdieß beweisen jene Versuche, durch welche sich der erwähnte Hahnemann zu der Versicherung bewogen fühlt, daß die eßbaren Pilze mit dem Fleische übereinkämen an Kraft und in Bestandtheilen, wenig oder nichts; er selbst giebt zu, die Brühe davon behielte den eigenen Pilzgeruch; ist denn das nicht Beweis genug, daß hier außer den Stoffen, die die Scheidekunst darin entdeckte, auch noch andere existiren müssen, welche noch verborgen sind? Und sollten das nicht gerade diejenigen seyn, welche vielleicht diese ganze Klasse des Gewächsreiches so verdächtig machen?

Unter solchen Umständen bitte ich meine Leser, sich lieber ganz einer Nahrung zu enthalten, die sie niemals ohne Sorgen genießen können, und, wenn ja ihr Appetit zu heftig wäre, um ihn befriedigen zu müssen, so bitte ich sie, doch wenigstens darauf zu sehen, daß sie nur die weniger verdächtigen Arten, die Morcheln und Trüffeln, und allenfalls unter den übrigen diejenigen

wählen, welche keinen üblen Geruch haben. Der große Haller schon macht die Bemerkung, daß selten eine dem Körper zuträgliche Speise einen üblen Geruch habe, daß selten eine zuträglich sey, die mit diesem behaftet wäre. Wohl wäre es zu wünschen, daß man diese alte Bemerkung genauer berücksichtigte, als es bisweilen im gemeinen Leben zu geschehen pflegt.

XII.

Fortsetzung.

Gab es eine sehr große Menge von Speisen, welche in ungemein hohem Grade dazu geeignet sind, die Ernährung des Körpers zu bewirken, inwiefern sie die Bestandtheile enthalten, welcher er immer nöthig hat, und doch oft beraubt wird: so giebt es auch im Gegentheil solche, die sich dazu nur sehr wenig aneignen. Hierhin gehört denn bei weitem der größte Theil der Vegetabilien, welche zur Nahrung benutzt werden, die Möhren, Pastinaken, Spinat, Spargel, Sellery, Artischocken, Endivien, Sallat, (nämlich der gewöhnliche (lactuca,) Kohl, Kraut, Blumenkohl, Spinat, Körbel, Petersilie, sowohl Kraut als Wurzel, u. s. f. Wer

allein von ihnen leben wollte, müßte ein sehr wenig thätiges Leben führen; der Zuckerstoff spielt in den meisten eine vorzügliche Rolle; in einigen, z. B. in dem Spargel, Sellery, sind indessen auch noch Bestandtheile, welche uns nicht genau, weder dem Wesen noch der Wirkung nach, bekannt sind, im Allgemeinen aber doch nicht allein angenehmen Geschmack haben, sondern auch wohlbekommen. Wir genießen sie meistentheils in Verbindung mit nährenden Stoffen, mit Fleisch und Brot z. B. Da die beständige Fleischnahrung, allein genossen, vorzüglich während des Sommers, leicht eckelhaft werden würde, überdieß auch zu stark nährend selbst seyn müßte: so ergiebt sich daraus, daß sie jedem eine sehr gesunde Speise seyn müssen, ungeachtet es thörigt wäre, von ihnen allein wie manche Thiere leben zu wollen, denen sie bestimmt sind. Ihr Wohlgeschmack leitet schon auf ihren Genuß. Einen andern Vortheil erlangen sie auch, wie ich glaube, dadurch. Sie geben nicht allein den Säften selbst dadurch einen bedeutenden Ersatz, daß sie mehr flüssige Theile enthalten, als andere Speisen, sondern auch, irre ich mich nicht, durch ihre seifenartigen Bestandtheile, in manchen Umständen ganz besonders der Stockung entgegen zu arbeiten scheinen, zu welcher die Säfte des menschlichen Körpers zwar nicht an sich geneigt seyn mögen, aber woran dann sie leicht zu leiden pflegen,

wenn die Gefäße, in welchen sie zirkuliren, weniger in Thätigkeit durch äußere Reize versetzt werden, als es seyn soll; ein Beispiel könnte hier vielleicht die Lebensart vielsitzender Künstler und Gelehrten geben. Ihnen und allen denen, welche gleiche Verhältnisse haben, möchte ich den Rath geben, beim Ausgang des Winters, wo der Mangel freier Luft, Hindernisse der Bewegung u. dergl. noch mehr die erwähnten Nachtheile vermehren konnten, die grünen Pflanzen fleißig zu genießen, die ihnen aus dem wiederbelebten Pflanzenreiche entgegensprossen. Vorzüglich möchte sich der Körbel, der Spinat und Sallat (als Gemüse gekocht), die jungen Möhren empfehlen. Die jungen, grünen Schoten, Bohnen, und andere noch grünen Hülsenfrüchte gehören denn auch hierher.

Einige andere Nahrungsmittel haben das Eigene, daß sie nicht allein sehr stark nähren, sondern auch zugleich ungemein reizen, d. h. auf die lebende, empfindende und bewegbare Fiber angebracht, diese zu bedeutender Reaktion bringen, merklichere Zusammenziehungen auf der der einen, bedeutendere Empfindungen auf der andern erregen. Es kann hier nur von den wenigen die Rede seyn, welche die Kunst dazu er-

hoben hat, von Natur haben wir fast gar keine solchen. Das wichtigste unter diesen ist das Bier.

So wie die Fleischbrühe am Ende nichts, als ein aufgelöstes Extrakt des Fleisches ist, so gilt denn dieses auch von diesem Getränke in Bezug auf das Getreide. Dadurch ist es nun um so mehr oder um so weniger nährend, je mehr des darin aufgelösten nahrhaften Getreidestoffes ist. Allein diese Auflösung wurde der Gährung unterworfen, die eine kleinere oder größere Menge Weingeist darin erzeugte, und dadurch bekam es denn auch die zweite Eigenschaft. Für diejenigen, welche einen großen Verlust an Säften erleiden, z. B. Wöchnerinnen, Reconvalescenten, solche, die Verblutungen hatten und dergl. ist alsdann das Bier ungemein nützlich, da es nicht allein schnellen Ersatz schafft, sondern auch für den Augenblick, zum Theil wenigstens, den Reiz herstellt, der dem Körper aus dem Verluste der Säfte selbst abgeht. Dasselbe findet bei denen Statt, die jeden Augenblick viel Säfte aufopfern müssen; z. B. Säugende, mit schweren körperlichen Arbeiten Beschäftigte.

Indessen muß man dabei bemerken; als Nahrungsmittel an sich allein darf das Bier nicht von gesunden Menschen benutzt werden. Es hat wegen der Form, in welcher der Nahrungs-

stoff hier dargestellt ist, den Nachtheil, daß es zu geschwinde, zu stark nährt, und auf diese Art schädlich wird. Es häuft sich eine Fettmenge an, die Blutmasse wird zu groß; Wallungen, Schlagflüsse sind oft die Folgen bei denen, die sich damit ein Gütliches zu thun glauben. Vorzüglich gilt dieses von allen den Bieren, in welchen zugleich der Weingeist eine wichtige Rolle spielt, die sehr viel Hopfentheile enthalten. Diese reizen eben so stark, als sie nähren, endlich überreizen sie, und bewirken ungemein leicht durch die oft wiederkehrende Berauschung eine Schwäche des Körpers, die meistentheils sehr schwer oder gar nicht heilbar ist, und mit Wassersucht, und dergl. dem Leben ein Ende macht. Zum gewöhnlichen Getränke sollte jeder nur ein dünnes, nicht süßes, junges, das durch die am Darmkanale erfolgende Gährung fürchterliche Koliken, Durchfall erzeugen kann, aber auch nicht zu altes, mithin, wenn nicht die weinige Gährung schon in die sogenannte saure übergegangen ist, mit zu viel Weingeist geschwängertes, nicht stark gehopftes Bier trinken. Solche starknährende, wie Braunschweiger Mumme, sollten bloß erschöpften Kranken oder denen bleiben, welche viel Säfte durch Fußreisen und dergl. verlohren.

Es giebt jetzt eine große Menge berauschender Biere, d. h. solcher, denen Kräuter,

oder andere Substanzen zugesetzt sind, welche die Eigenschaft haben, stark zu reizen. Ihr Genuß, oft wiederholt, oder für den Augenblick nur weit getrieben, pflegt meistens ungemein nachtheilig zu seyn. Die medizinische Polizei sollte diesem Gebrauche ernstlich steuern, als gewöhnliches Getränk sollten sie nicht, als Arznei können sie nicht oder nur selten gebraucht werden. Vorzüglich schlimm ist, wenn das Getränk einer ganzen Stadt so eine Eigenschaft hat. Der Wittenberger Kukuk stand ehmals in üblem Rufe deßhalb; die Brauer thaten es freilich, wenn sie es nicht noch thun, meistens unter der Hand, und erst des verstorbenen Titius Vater steuerte mit Macht dem Unfuge. Er selbst ließ zum Schrecken der Betrüger ein ganzes Gebräude, das er so vergiftet fand, auf die Gasse hinausgießen.

XIII.

Es giebt dann auch ferner eine Menge Dinge, welche nicht nähren, aber doch auf eben die Art gebraucht werden, und vorzüglich sich dadurch auszeichnen, daß sie die Thätigkeit der Theile sehr in Anregung bringen, auf welche sie einwirken, die mit einem Worte bloß reizende

sind. Es gehören hierher der Kaffee, Wein, Brantewein, alle geistigen Getränke überhaupt, Gewürze, sowohl die in= als ausländischen, Meerrettig, Senf, Zwiebeln, Zwiebelgewächse, im Durchschnitt überhaupt, Rettig ꝛc. Theils genießt sie der Mensch wirklich nur, um seine Organe zu lebhafterer Rückwirkung aufzufordern, deren sie bisweilen nöthig haben, und verbindet sie mit andern, die vielleicht ohne solchen Reiz den Verdauungswerkzeugen beschwerlich fallen würden. z. B. der Brantewein beim Genusse des Schweinfleisches, der Mehlspeisen, des Kümmels im Brote; theils genießt er sie, nur um auf seine Lebenskraft einen Reiz einwirken zu lassen, den ihm eingetretene Verhältnisse nothwendig machen. Z. B. Kaffee, Thee, Brandtewein, Wein, Punsch; theils will er auch bisweilen durch den Genuß solcher Reize den Mangel anderer ersetzen. Man genießt z. B. Pfeffer mit saurem Sallat, um der, auf den Magen wenig einwirkenden, und dadurch vielleicht Nachtheil bringenden Säure einen Widerstand entgegen zu setzen.

Mit keinem Dinge ist wohl soviel Mißbrauch getrieben worden, als mit diesen reizenden Genüssen. Der Mensch hat sich in ihnen Bedürfnisse geschafft, die ihm oft ganz entbehrlich wären, genießt sie in einem Maaße, wo sie den

empfindlichsten Nachtheil stiften, unter Umständen, die durchaus nicht unter die Rubriken können gebracht werden, welche ich über ihren Gebrauch anführte. Weit entfernt, eine nöthige größere Thätigkeit zu bewirken, um Nahrungsmittel verdauen zu machen, die eine große Kraft des Magens erfordern, weit entfernt, durch sie einen oder mehrere mangelnde Reize zu ersetzen u. s. f., häuft er in Hautgouts ein Gewürz zum andern selbst, macht er mit diesen seinen Wein, seinen Brantewein zu einem verzehrendern Gifte.

So wie bei allem, so auch hier, sollte Bedürfniß der einzige Beweggrund für den Gebrauch dieser Dinge seyn, und zwar Bedürfniß, herbeigeführt durch ursprüngliche oder zufällige Eigenheiten des Organismus. Indessen vergebens ist diese Warnung. Beispiel trägt dazu bei, Dinge zu gebrauchen, die an sich entbehrlich, endlich fast unentbehrlich werden.

Ich halte es nicht für unnütz, über diesen Gegenstand in ein genaueres Detail zu gehen, und mache den Anfang mit dem

Kaffee.

Es ist ungemein viel über die Vortheile geschrieben, über die Nachtheile geklagt worden, die er verursachen soll. Der eine hat ihn bis in

den dritten Himmel erhoben, der andere in die unterste Hölle verdammt. Die Ursache dieser verschiedenen Meinungen kam daher, daß man sich nicht genau bekümmert hatte, wodurch, wie er wirke; welche Bedingungen im organischen Körper da seyn müssen, wenn sich sein Gebrauch vortheilhaft zeigen soll. Da hat man in den neuesten Zeiten ausgemittelt: Der Kaffee hat mit Wein, Brantewein, Gewürzen u. s. f. das gemein, daß er die Lebenskraft zur Rückwirkung auffordert. Wo dieses nöthig ist, da muß er auch sehr vortheilhaft seyn. So sehen wir denn, daß bei schwacher Verdauung, da, wo sich der Magensaft in sehr verdünntem Zustande, die Nerven als sehr empfindlich, die Fasern als sehr schwach zeigen, und dem Speisebrei einen zu langen Aufenthalt verstatten, wir sehen, sag ich, daß er alsdann ein treffliches Mittel ist, diese zu befördern, den Schleim entfernt zu halten, der Erzeugung der Säure zu widerstehen, die Magenschmerzen zu vernichten, die hier so leicht einzutreten pflegen. Er ist ein treffliches Mittel zugleich, den Folgen vorzubeugen, die immer mit einer schwachen Verdauung verknüpft zu seyn pflegen, z. B. dem Schwindel, Kopfweh. Nur der halsstarrige Feind alles dessen, was nicht absolut gut ist, nur derjenige, der alles haßt, weil es nicht in allen Fällen gut ist, nur der würde dieses leugnen können.

Eben

Eben so vortheilhaft ist diesem zufolge der Kaffee, wo es an gehörigen Reizen anderer Art mangelt, oder mangelte. So finden sich Reisende durch ihn erquickt und neu belebt, wenn sie nach ausgestandener rauher Kälte, Nässe u. s. f. ein Paar Tassen zu sich nehmen.

Ist aber der Kaffee ein bedeutendes Reizmittel, so ergiebt sich auch daraus, daß er leicht in zu hohem Grade angewendet, zu häufig genossen werden kann. Und da sich der Grad der Wirkung immer nach dem Grade der Ursache zu richten pflegt, so ergiebt sich darans, wie unter solchen Umständen der Kaffee Wallung, Hitze erregen, Blutflüsse, z. B. Hämorrhoiden hervorbringen, Kopfweh erzeugen kann; daß er alles dieses bei Personen erregen kann, die sehr reizbar sind, wenn sie auch diesem Genuß nicht sehr ergeben sind; daß er auf diese Art den Nachtheil alle herzubringen im Stande ist, wegen dessen so mancher Arzt ihn ganz verbannt wünschte, ungeachtet dieß das Kind zugleich mit dem Bade ausschütten hieß.

Daß der Kaffee die Verdauungskräfte schwächt, daß er so die Ursache von Hämorrhoidalbeschwerden, Blutanhäufungen im Unterleibe wird, ist ihm ebenfalls nicht an sich, sondern den Umständen zuzuschreiben, die seinen Genuß begleiten können. Der gemeine Mann trinkt ihn

wegen des hohen Preises in einer so verdünnten Gestalt, daß er nun fast nichts als warmes Wasser vorstellt, welches durch den Zusatz der Milch und des Letztern allein genießbar wird. Da man noch obendrein meistentheils in den untern Klassen den schlechtesten, unkräftigsten Kaffee nimmt, so wirkt er, unter solchen Umständen, gar nicht als Kaffee, sondern fast ganz allein als warmes Wasser, d. h. als das unkräftigste, fadeste Getränk auf dem ganzen Erdboden; kein Wunder, wenn es nun die Verdauung auf das entsetzlichste ruinirt, da es jeden Tag, oft drei- viermal beim Genusse anderer unkräftiger Nahrungsmittel getrunken wird.

Dagegen genießen viele Gelehrte, Künstler, Wohlhabende nicht allein sehr vielen, sondern auch sehr starken Kaffe; er verbindet sich bei ihnen, selbst ein Reiz, mit andern wirksamen Reizen, z. B. kräftiger Fleischnahrung, gewürzhafter Diät; schadete er dort durch die Form, so schadet er hier sehr leicht als zu großer Reiz; nicht selten zunächst in den Verdauungswerkzeugen, die er zu stark anregt, dahin bringt, die Speisemasse schneller fort zu bewegen, als es sonst geschehen wäre, mithin die Ernährung verhindert; nicht selten in den Organen des Unterleibs überhaupt dadurch, daß er den Zudrang der Säfte dahin so stark macht, Blutanhäufung erzeugt.

Am besten wäre es in der That, wenn man den Menschen dahin bringen könnte, dieses Getränk in soweit einzuschränken, daß sie seinen Genuß nur unter den Umständen sich erlaubten, welche ihn selbst nöthig machen. Der schwächliche, der mit Verdauungsfehlern behaftete, wird nicht leicht seinem Genusse entsagen können; aber warum trinkt ihn der, der keine solche Beschwerden hat? Dieser setzt sich der Gefahr aus, von ihm nachtheilige Folgen zu erfahren; sie werden nicht immer eintreten, weil die Gewohnheit einen schirmenden Fittig über den Menschen gegen so manche Dinge deckt, die Gefahr drohen können; allein so schafft er sich muthwillig ein Bedürfniß mehr.

Ich glaube, man wird mich, den vorigen Aeußerungen nach, nicht in dem Verdacht haben, daß ich blind, eingenommen gegen ein Getränk sey, dessen Einführung Zufall, Mode, Bedürfniß, Vortheil gleich sehr begünstigte. Um so mehr hoffe ich dann auch, wird man meinem Rathe Aufmerksamkeit schenken. Wer vollkommen gesund ist — und am Ende dieses Abschnittes wird sich jeder die Frage beantworten können, ob er es ist? — wenn Gewohnheit noch nicht Bedürfnisse auflegte, die er nun unentbehrlich findet, denen er nun, ohne seinem Wohl zu schaden, nicht entsagen kann: der genieße den Kaffee

nur dann, wenn ihn die Umstände heilsam machen, die ich hoffentlich in der Uebersicht mittheilte, welche dieser Abtheilung vorgesetzt war. Seinen Kindern dieses Bedürfniß zu schaffen, sollte kein Vater zugeben; keine Mutter es thun. Wir werden weiterhin sehen, daß das kindliche Alter der wenigsten Reizmittel bedarf, um in der Lebensthätigkeit erhalten zu werden. Diese ist da, wie man will; entweder so groß, oder so leicht erregbar, daß nur kleine Grade, nur wenige Reizmittel nöthig sind, sie anzuregen. Warum wollt ihr ihm, gute Eltern, aus zu großer Sorgfalt, Bedürfnisse schaffen, die ihm für den Augenblick nicht weniger, als für die Zukunft, nachtheilig seyn können? Ist das Kind munter und gesund, so setzt ihr es der Gefahr aus, durch dieses Getränk Triebe viel früher erwachen zu machen, als es dem Willen der Natur nach seyn sollte; ihr setzt es der Gefahr aus, von Neigungen und Anlagen zu Krankheiten ergriffen zu werden, die sich nicht sicher entwickeln, aber so gewiß ahnden lassen, daß sie nur durch das ganz gewöhnliche Verschwinden unter andern Erscheinungen, mit denen sie späterhin gemeinschaftlich auftreten, unbemerkbar dem forschenden Auge bleiben. Schwächlichen Kindern, solchen, die zu Schleimsäure geneigt sind, würde ich ihn keinesweges verbieten; er wäre hier als Arznei zu betrachten.

Etwas kommt bei der Wirkung des Kaffees auf die Form an, in welcher man ihn genießt. Eine zu große Verdünnung dieses reizenden Stoffes mit Wasser läßt keinen Vortheil, sondern allein die Nachtheile erwarten, welche ich schon angegeben hatte. Im Gegentheil kann er auch, wenn die Menge des Genusses dazu kommt, durch zu große Concentration des reizenden Stoffes dann z. B. schädlich werden, wenn ihr ein Loth mit einer Tasse Wasser kocht, und vielleicht mehrere mal des Tages mehrere solcher Tassen voll trinkt. Bei Unpäßlichkeiten, Indigestion z. B., Kopfweh, das daher entstanden ist, möchte eine solche Concentration ungemein dienlich seyn, nur nicht zu einem gewöhnlichen Gebrauche. Hier werden auf das Loth drei, vier Tassen Wasser das beste Verhältniß geben.

Man hat verschiedene Bereitungsarten des Kaffees. Die des Filtrirens oder bloßen Aufgießen des Wassers ist vorzüglich in den höhern Ständen gewöhnlich. Indessen sie ist nicht die beste, da so nur die flüchtigen, öhligen Bestandtheile aufgelöst werden. Vogel bemerkt in seinem diätetischen Lexikon *) sehr richtig darüber:

---

*) Artikel: Kaffee.

„Die Methode, das Kaffeepulver bloß mit kochendem Wasser in einem Filtrirgeräthe zu überschütten, kann ich weniger empfehlen, da ich gefunden habe, daß der auf diese Weise bereitete Kaffee nicht allein weniger vortheilhaft auf die Verdauung wirkt, sondern auch bei schwächlichen Nerven das Blut in heftige Wallung setzt und Angst verursacht, weil das aufgegossene Wasser bloß das Oehl des Kaffees mit sich fortreißt und dasselbe nicht innig genung mit dem Wasser vermischt wird, so daß es gleichsam für sich allein und ohne von dem Wasser gemildert zu seyn, auf die Nerven wirken kann. Hypochondristen und alle diejenigen, deren Verdauungskräfte schwach sind, werden sich zuverlässig bei dem aufgekochten Kaffee besser befinden, als bei dem zu stark reizenden und keine erdigten Theile enthaltenden filtrirten. Aus eigner, vielfältig angestellter, Erfahrung kann ich versichern, daß ersterer weit besser das aus schlechter Verdauung entspringende Kopfweh mildert und hebt, als letztere.“

Was aber nun den aufgekochten Kaffee anbetrifft, so hat man bei ihm wieder verschiedene Methoden. Die gewöhnlichste, aber schlechteste, ist ohne Zweifel die, wo man kochendes Wasser auf ihn gießt und wieder einige Minuten aufsieden läßt. Es gehen hier nur zu viel flüch-

tige Theile verlohren. Am vortheilhaftesten ist es, das gemahlne Kaffeepulver mit kochendem Wasser so zu übergießen, daß es einen Querfinger tief darunter steht; man läßt es acht Stunden etwa so stehen und gießt dann das nöthige kochende Wasser dazu.

Die ungemein hohen Preise dieses fremden Produkts haben eine Menge Surrogate erdenken lassen. Man könnte ihrer aller entbehren, wenn man den Kaffee nicht als tägliches Bedürfniß, sondern als Mittel für einen gewissen, dadurch zu erreichenden Zweck ansehe. Ich will mich nicht darauf einlassen, ihre Güte, wechselseitigen Vorzüge und Nachtheile der verschiedenen Arten auseinanderzusetzen. Dem Kaffee kommen sie in Wirkung durchaus nicht bei; insofern man diesen daher gegen Verdauungsfehler und aus ähnlichen Ursachen gebraucht, insofern wird man die gewünschte Wirkung nur von diesem selbst erwarten dürfen. Der im Kaffee am meisten wirksame Bestandtheil ist das flüchtige Oehl; dieses ist in keinem der mehr oder weniger gerühmten Surrogate anzutreffen, und durch das empyrevmatische und brenzliche Wesen, das sie durchs Brennen oder Rösten erlangen, kommen sie doch in keiner Hinsicht bei.

XIV.

Fortsetzung.

Ich gehe zu einem andern reizenden allgemein gebräuchlichen Stoffe über, zu dem

Brantewein.

Im Allgemeinen den berühmten Männern beizustimmen, welche ihn für so gefährlich halten, wäre eben so voreilig, wie beim Genuß des Kaffees zu sagen, daß er durchaus nicht nütze; allein das ist nun wohl ausgemacht, daß es ebenfalls besser wäre, ihn für nichts anders, als für ein Mittel zu achten, das die Lebenskraft dann zur Thätigkeit aufforderte, wenn die Umstände in einem höhern Grade diese Thätigkeit nöthig machten, wenn man ihn, wie es bei und geraume Zeit nach seiner Erfindung geschahe, für nichts, als ein Arzneimittel ansähe. Familienglück, Staatswohlfahrt, Gesundheit, alles würde sich besser befinden, wenn nur die Menschen in den niedern Ständen erst könnten dahin gebracht werden, in ihm keinen Gegenstand des Genusses zu suchen, sondern seinen Genuß erst als Folge einer vorhandenen Nothwendigkeit anzusehen. Es ist gewiß, daß der Tagelöhner, der in feuchter, nasser Witterung immer im Freien viele Stunden fortarbeiten muß, der Ackersmann, der

Matrose hundertmal Gefahr laufen würde, vom Husten, Schnupfen, Reissen u. s. f. geplagt zu werden, wenn dieser Reiz nicht den Mangel an Reiz ersetzte, der hier in Bezug auf die Luft Statt findet; es ist gewiß, daß sein Magen unmöglich die harte Nahrung verdauen könnte, die ihm oft Wochen, Monate lang zugetheilt ist; es ist gewiß, daß der arme Alte in ihm ein Reizmittel findet, seine hier schwächer wirkende Lebenskraft dadurch so in Thätigkeit zu setzen, wie es der Wohlhabende bei einem Glase Wein thut; allein wenn man nur jeden auch dahin brächte, sich auf das einzuschränken, was ihm gut thut und nothwendig ist, nicht den Genuß zum Zwecke selbst zu erheben, der nur Mittel bleiben muß.

Man hat sich viel Mühe gegeben, dem gemeinen Mann dieses zu zeigen; auch muß man gestehen, Völlerei in diesem Stücke ist nicht mehr so sehr häufig, wie sonst. Allein im Ganzen genommen, herrscht doch noch große Unwissenheit. Der berühmte königlich preußische Leibarzt, Hufeland, hat manche Vorschläge gethan, seinen Genuß ganz abzuschaffen und mit einem andern zu ersetzen. Indessen wenn er anräth, daß diejenigen, welche aus den angeführten Ursachen dieses Reizes nicht immer entbehren können, sich des Weines bedienen sollen, so scheint er zu vergessen, daß die Wirksamkeit dieses am Ende mit

der des erstern in ungemein hohem Grade über-ein kommt, daß der höhere Preis des Weins nur der Oekonomie noch mehr schädlich seyn würde; daß der Landwein in vielen Gegenden gar nicht brauchbar ist, und also wieder an solchen Orten auswärts Geld gehen ließe, das doch so im Lande bleibt: so wird man zugeben, daß das einzige, was hier geschehen kann, darinne besteht, jeden über die Wirkungsart dieses Getränkes zu belehren, ihm zu zeigen, wie es schädlich werden kann und seine Vernunft aufzufordern, es nur als nützlich zu gebrauchen. In einem Schulunterrichte, wie er seyn sollte, ließen sich dergleichen Belehrungen am besten anbringen, und von ihnen um so sicherer die Früchte davon erwarten, je tiefer der Eindruck ist, den Belehrung in diesem Alter zurückzulassen pflegt.

Mit dem Brantewein ist am nächsten verwandt

der Wein.

Der durch die Gährung entwickelte und befindliche Weingeist in jenem ist nämlich auch der wirksamste Bestandtheil in diesem, und nur die Vermischung mit den andern, schleimigen, erdigen, wäßrigen, öhligen Theilen macht theils einen Unterschied zwischen diesen beiden, theils unter den verschiedenen Arten des Weines selbst. Je grö-

ßer die Menge des Weingeists in einem Weine ist, desto reizender ist er; deßhalb ist der ältere jeder Art im Ganzen besser, stärker, feuriger, wie der jüngere, inwiefern die immer fortgehende unmerkliche Gährung immerfort eine Vermehrung des Gehalts vom Weingeist begünstigt; und da diese Vermehrung also von der Gährung, und diese als weinige hinwiederum von der Menge des enthaltenen Zuckerstoffes abhängig ist, so sind denn auch hinwiederum die Weine um so stärker, die als Most die süßesten sind; dieß gilt denn daher am meisten von den in den heißern Ländern gewachsenen, d. h. von den meisten französischen, ungarischen, spanischen, italienischen Weinen, dem Cap=Weine, Canariensekt u. s. f. Zunächst sollte der Wein, zufolge des angegebenen Umstandes, ebenfalls nicht anders benutzt werden, denn begründet durch einen Mangel an Reiz anderer Art, um das Gleichgewicht zu erhalten, begründet, durch die weniger leicht in Thätigkeit zu ersetzende Lebenskraft des organischen Körpers. So wäre er denn nun z. B. ein treffliches Mittel für eine Menge entnervter, geschwächter, ermatteter, alter Personen. Indessen der Luxus ist hier sowohl, als die Gewohnheit, für seinen weit ausgedehntern Gebrauch so sehr sprechend geworden, daß man wenig anders thun kann, als nur seinen Gebrauch selbst so einzuschränken, zu lenken, daß er weni=

ger schade, als es außerdem der Fall ist. Uebrigens kann man denn auch nicht leugnen, daß es eine große Menge Menschen giebt, welche dieses Reizes theils durch Verwöhnung, theils durch wirklich nothwendig, gewordene Reize dahin gebracht werden, immer haben zu müssen.

Zu den gewöhnlichen Tischweinen muß man solche auswählen, welche weder eine bemerkbare Säure, noch einen sehr bedeutenden Gehalt von Weingeist haben. Da man bei Tafel mehr zu trinken pflegt, als es selbst oft mit unsern Grundsätzen übereinstimmt: so hätte der erste Bestandtheil die nachtheilige Folge, daß der Speisenbrei sich zu einer sauren Verderbniß hinneigte, die oft wiederholt, am Ende bedeutende Folgen nach sich ziehen könnte. Unsere Naumburger, Meißner und andere Landweine, die jungen Rhein- Mosler- Frankenweine werden, wenn sie nicht von einem guten Jahre oder von einem sehr einsichtsvollen Kellermeister behandelt worden sind, dieses Fehlers vorzüglich angeklagt werden müssen; während die alten Rheinweine, Tokayer, u. s. f. für diesen Gebrauch den entgegengesetzten haben, zu reizend sind, unddie Verdauung zu einem wahren Fieberparoxismus machen, wie sich darüber ein Arzt ausdrückt, die dazu bestimmt sind, einen Krankenwein vorzustellen, aber keinen Tischwein, eine Arznei, aber kein gewöhnliches Getränk.

Für die letztern brauchbar, rühmt ein bekannter Arzt die französischen Bordeauxer und Gujennischen Weine; sie haben seiner Meinung nach weder die großen Fehler, noch die großen Tugenden der Arzneien, die sich für keinen gesunden Leib schicken. Man kann sie in großer Menge trinken, ohne daß sie Rausch und Wallung im Blute verursachen sollten. Gleichwohl sind sie nicht so schwach, daß sie nicht das Herz ermuntern, und die Nerven stärken könnten. Sie haben eine gelind zusammenziehende Kraft und keine hervorstechende Säure, wenigstens wenn sie gut zubereitet und wohl erhalten sind. Wenn ein solcher Wein ohne merkliche Säure ist, so schickt er sich fast zu allen Speisen und Getränken ohne Ausnahme. Er stärkt und erwärmt den Magen in den Stunden der Verdauung so mäßig, als es ein gemeines Getränk nur thun darf. Er hindert den Fortgang der Speisen in den Gedärmen nicht, weil seine anziehende Kraft nur so gelinde ist, wie die sanfte Herbigkeit seines Geschmacks auf der Zunge, und solchergestalt ist er auch nicht vermögend, den Leib zu verstopfen, ob er gleich Tugend genung besitzt, eine allzu schwache Verdauung und einen davon herrührenden allzuflüssigen Leib zu kuriren. — Da es von den gujennischen Weinen sehr mannigfaltige Sorten giebt: so wird sich darunter für jedermann leicht eine Sorte finden, die die rechte Temperatur für seine

Leibesbeschaffenheit hat. Vom Pontak an, der einer der schwersten, herbsten und geistreichsten ist, kann man durch alle Grade bis auf den leichtesten, lieblichsten und gelindesten Medocwein niedersteigen, und man wird die Haupteigenschaften der guten Tischweine bei allen, nur in verschiedenen Graden antreffen.

Das schlimmste ist die Schwierigkeit, namentlich diese Weine ächt und unverfälscht zu bekommen. Keine Betriegerei wird von großen und kleinen Spitzbuben in und außer Frankreich so methodisch betrieben, als die Kunst, schlechte Weine für gute, wohlfeile für theure, deutsche für französische, französische für spanische und italienische zu verkaufen. Nur der Kenner, der sein Geschmacks- und Geruchsorgan Jahre lang darauf übte, vermag sie alle zu enträthseln, diese Kniffe, und auch er wird doch oft betrogen.

Erst durch die Gährung wird der Wein das, was er ist. Als Saft der Traube ist er ein ungemein wohlschmeckendes und an vielen Orten, wo die Trauben sehr süß sind, nährendes Getränke. Dieß gilt z. B. von den italienischen; von den auf Madera wachsenden ꝛc. dort lebt oft der gemeine Mann, der Arbeiter in den Weinbergen Monate lang von ihm.

XV.

Fortsetzung.

Ein anderes, an sich ungleich geringeres, als die vorigen, ist

der Thee.

Nichts desto weniger ist er, vorzüglich in einem starken Absud, dennoch im Stande, die Lebenskraft des Körpers in stärkere Thätigkeit zu setzen, und so, gleich dem Kaffee, eben so gut hier nützlich zu werden und dort zu schaden. Wenn der Körper durch Schweiß, starke Bewegung u. dergl. sehr entkräftet worden ist, dann ist er eins der Mittel, das ungemein wohlthätig wirkt, eine Erquickung gewährt, die um so angenehmer ist, je weniger sie einen so schnellen Uebergang macht vom Gefühl der Schwäche zu dem der Stärke. „Ich gestehe gern, sagt Forster, daß auf meinen Reisen in Rußland und in der Südsee, nach langen Fußgängen oder Reisen zu Pferde, bei sehr heißem Wetter, und darauf erfolgter großer Abspannung mich kein Wein, keine Art von Früchten und Getränken so sehr erquicken und stärken konnte, als einige Tassen guter Thee. „Dieselbe Erfahrung ist es, die seit vielen Jahrhunderten schon bei den Bewohnern mehrerer sehr heißen Erdstriche gemacht worden ist. In China

ist Thee das Lieblingsgetränk; dasselbe findet bei den Kolonisten auf dem Cap Statt. Der Rath, den Bontekoe vor hundert Jahren gab, täglich einige hundert Tassen Thee zu trinken, wird dort ziemlich in der Wirklichkeit ausgeführt. Zu welcher Stunde des Tages man in das Haus eines Kolonisten eintritt, erzählt der bekannte Le Vaillant, findet man jedesmal den Theekessel und den Theetopf auf dem Tische. Dieser Gebrauch ist in der ganzen Kolonie der nämliche; denn Niemand trinkt bloß Wasser, und auch einem Fremden bieten sie beim Eintritt ins Haus, und um den Durst zu löschen, Thee an. Das tägliche Getränk zwischen den Mahlzeiten ist ebenfalls Thee, und ein großer Theil der Kolonisten, die von der Stadt entfernt leben, und daher oft mehrere Monate lang weder Wein noch Bier genießen, muß sich auf diese ganze Zeit über mit diesem Getränke begnügen."

Man hat diese Vorzüge dem Thee nicht absprechen können, und daher rührten denn die ungemeinen Lobsprüche und Anpreisungen, die man ihm gegeben hat; man sahe aus seinem unrichtigen Gebrauche Nachtheile entstehen, und ohne darauf zu achten, unterließ man von der andern Seite nicht, ihn selbst als das schädlichste Gift anzusehn. Schädlich wird sein Gebrauch, wenn er zu der Zeit gebraucht wird, wo die Organi-

sation

sation eines solches Reizes gar nicht bedarf. Der gesunde, an sich schon thätige rasche Knabe bedarf dieses Getränkes freilich nicht, so wenig, wie das des Brantewein, Weins, Kaffees rc. Der Mensch, der keinen Verlust seiner Kräfte erlitte, handelt unklug, einen Reiz auf sich einwirken zu lassen, der ihn nur in einem bedeutendern oder unbedeutendern Grade zu sehr anstrengen muß. Eben so schädlich kann der Thee werden, wenn er so in voller Kraft auf den Magen einwirkt, ohne durch etwas unterhalten in der Folge, zum allmählig einwirkenden Reize gemacht zu werden. Herr Vogel bemerkte sehr richtig an sich selbst: „Der Thee hat mir nach starkem Schweißverlust und großer Ermüdung immer sehr wohlgethan, doch muß ich, wenn er mir recht recht wohl bekommen soll, jederzeit mit dem Genuß desselben etwas festere Speise, ein Butterbrot, oder trockuen Kuchen verbinden, so daß der Thee einer dicklichen Suppe ähnlich wird. — Ohne den Mitgenuß einer festen Speise wirkt er mit einemmale mit seiner ganzen Kraft auf den Magen, und bewirkt dadurch, zumal wenn derselbe schwächlich oder sehr erregbar ist, sehr leicht eine Ueberreizung und die aus derselben entspringenden Folgen, Aufstoßen, Erbrechen u. s. f. Genießt man ihn hingegen mit Kuchen oder Butterbrot, so saugen diese den größten Theil des Theewassers

in sich, so, daß folglich die unmittelbare Berührung der Magenwände durch den Thee geringer wird. Endlich ist der Mitgenuß solcher Nahrungsmittel auch deßhalb vortheilhaft, weil dieselben, als mehr anhaltende und dauerhafte Reizmittel, den Magen bei dem Nachlaß des flüchtigen Theereizes in der Fortdauer der gehörigen Lebensthätigkeit erhalten."

Daß der Thee an sich ein so großes Mittel seyn soll, Schwäche des Magens, der Därme, Brüche u. s. f. zu bewirken, widerlegt sich aus dem von den Chinesern und Kolonisten am Cap angeführten Beispielen; es widerlegt sich durch das, was wir von den Engländern wissen, die bekanntermaßen die größten Theetrinker in Europa sind. Freilich ist aber hier überall auch eine andere, kräftige Nahrung im Spiele. Täglich ein Stück Rindfleisch, halb roh gebraten, oder, wie es jetzt in England Mode ist, auch wohl ganz roh genossen, mit gutem Brote, starkem Porterbier, herrlichem Weine, das macht die Mahlzeit Tag für Tag mit andern Kraft und Stärke gebenden Nahrungsmitteln verbunden, in England aus. Am Cap ist der Genuß des Fleisches nicht weniger allgemein. Natürlich muß denn nun das einen großen Unterschied veranlassen. Hier trinkt oft das Frauenzimmer nichts als drei, vier Tassen Thee des

Morgens; kein Frühstück kommt oft über seine Lippen, das durch seine nährenden Bestandtheile den bloßen Reiz gebenden, aber gar nicht nährenden Theil unterstützen könnte. Kommt nun auch wohl noch den Mittag eine äußerst unkräftige Nahrung dazu, so giebt man denn auch dem Thee Folgen Schuld, die er nicht allein, oft wohl gar nicht veranlaßte.

Ueberdieß ist nicht zu leugnen, daß auch oft der Thee bei uns durch seine Bereitungsart schädlich wird, schwächend seyn muß. Oft bringt man ihn bloß als warmes Wasser auf den Tisch, so gering ist die Quantität, die man damit aufgießt. Trinkt man nun diese ganz kraftlose Flüssigkeit ohne jeden andern Zusatz, der ihre Mängel verbessern könnte, so folgt dann daraus, daß hier mehr die Form, als die Sache schadet, es verhält sich alsdann ungefähr so mit ihm, wie mit dem, aber sattsam getadelten, Kaffeewasser. Weniger, als ein halb Quentchen Thee auf ein Nösel (Pfund) siedendes Wasser sollte gar nicht genommen werden.

Außer seiner reizenden Eigenschaft hat der Thee, nach allem, was die Chemie lehrt, einen zusammenziehenden Gehalt, der sich dann erst dem Geschmacke offenbart, und vielleicht auch erst wirksam auf den Körper wird, wenn das kochende Wasser lange genung auf ihm steht oder

gar mit ihm kocht. Das eine und das andere scheint sich weder der Gesundheit noch dem Gaum zu empfehlen.

Dem Thee Gewürz, z. B. Zimmt zuzusetzen, heißt ihn noch reizender, mithin, je nachdem die Umstände sind, noch heilsamer, oder noch schädlicher zu machen.

Will man über den Thee ein bestimmtes, kurz ausgedrücktes Urtheil wissen: so glaub' ich, er ist, wie der Kaffee und die andern hierher gehörigen Pro- und Edukte, ein Mittel, die Thätigkeit des Lebens im Gange zu erhalten, zu erhöhen, zu sehr zu erhöhen, zu wenig zu erhöhen, je nachdem nun sein Genuß mit oder ohne den anderer ist, je nachdem sich der Körper befindet, der dadurch in Thätigkeit gesetzt wird; unter diesen Reizmitteln ist er übrigens ohne Zweifel eins der schwächsten.

Ich komme zu den letzten hierher gehörigen Dingen, zu den

Gewürzen.

Man ist keinesweges so ganz über den Begriff: Gewürz, einig. Einige, z. B. Zückert

theilt alle Gewürze in fünf verschiedene Arten ein, nämlich in

1) Aromatisch balsamische Vegetabilien.

Er versteht darunter alles das, was wir zum Theil schon mit dem Namen inn- und ausländischer Gewürze bezeichneten. Z. B. Knoblauch, Zwiebeln, Dill, Anis, Fenchel, Kümmel, Thymian, Majoran, Ingwer, Pfeffer, Vanille, Cubeben, Kardamomen, u. s. f.

2) Salzichte Gewürze; d. h. unser Kochsalz.

3) Oehlichte. Fett, Oehl, Butter.

4) Saure. Essig, Citronensaft, Saft der übrigen sauren Früchte.

5) Süße. Honig und Zucker.

Es ist nicht zu leugnen, daß Herr Zückert unter diesen so ausgedehnten Begriffen Dinge sammelt, die in ihren Wirkungen auch nicht im allermindesten mit einander übereinkommen. Verstehen wir unter Gewürzen nur solche Vegetabilien, welche die Lebenskraft auf eine stärkere Art in Thätigkeit setzen, und zwar so, daß sie dieses thun, inwiefern sie ein Oehl enthalten, welches durch Destillation ihnen entzo-

gen werden kann, und nicht mild und nährend, nicht mit Schleim eine Milch gebend, ist, wie das fette ausgepreßte Oehl aus Mandeln, Leinsaamen, Mohnsaamen u. s. f.: so können wir unter den Gewürzen nur folgende Produkte verstehen: Muskatennuß, Muskatenblumen, Pfeffer, Cubeben, Vanille, Kardamomen, Lorbeern, Wacholderbeeren, Ingwer, Calmus, Gewürznelken, Zimmt, Kümmel, Koriander, Fenchel, Dill, Salbey, Majoran, Thymian, Poley, Pfefferkraut u. e. w. a. Man sieht, ich nehme hier den Begriff in einer engern Bedeutung, als es selbst von solchen geschieht, die selbst Zückerts weitläuftigen Begriff nicht billigen, und ich hoffe, man wird diese meine kleine Eigenheit nicht mißbilligen, wenn man überlegt, daß man doch so viel, wie möglich, darauf sehen muß, Bestimmtheit der Begriffe zu bewirken. Da ich nur das als eigentliches Gewürz gelten lasse, was mittelst eines solchen sogenannten ätherischen, flüchtigen, durch Destillation zu erhaltenden Oehles wirkt: so glaube ich, meiner selbst aufgegebenen Forderung Genüge geleistet zu haben. Daß es noch mehrere Dinge giebt, welche ein solches Oehl enthalten, ohne deßwegen gerade in der Küche als Gewürz gebraucht zu werden, kann hoffentlich nicht als Einwurf gelten.

Es sind die so beschaffenen Produkte entweder in unserm Vaterlande erzeugt, oder sie kommen aus fremden Welttheilen zu uns. Im Ganzen genommen scheinen diejenigen gar nicht unrecht zu haben, welche mit Rousseau und Zückert behaupten, der Mensch sey darauf angewiesen, nur diejenigen Gewürze zu benutzen, welche ihm der Boden trägt, den er bewohnt. Gewiß könnten wir der hitzigen entbehren, die Indiens heiße Zone lieferte, um ihren Bewohnern, die das heiße Klima entkräftet hatte, Mittel zu geben, neue Thätigkeit zeigen zu können; gewiß ist es, daß unser Pfefferkraut die Stelle des Pfeffers; unser Thymian, Majoran, die Stelle der Kubeben u. s. f. vertreten könnte, insofern es auf den täglichen Gebrauch bezogen wird. Indessen sind die Klagen über den entgegengesetzten Gebrauch doch auch zu weit getrieben. Immerhin mögen sie denn mit jenen vertauscht werden, wenn nur dabei die Vorsicht obwaltet, daß sie nach den nämlichen Grundsätzen gebraucht werden, welche die Verwendung dieser ganzen Klasse leiten, bestimmen müssen; wenn nur keine zu häufige, unzeitige Anwendung Statt findet.

Ein Mißbrauch, den man mit ihnen treibt, verdient vorzüglich erwähnt zu werden. Es soll-

ten diese Gewürze, wie der Brantewein u. dergl. dazu benutzt werden, die Lebenskraft zu einer stärkern Reaktion aufzufordern, wenn die Umstände diese geringer seyn ließen, als es lange mit dem Wohlbefinden vereinbar ist, wenn die übrigen Nahrungsmittel selbst sehr reizlos, so beschaffen waren, daß eine starke Anstrengung der Verdauungsorgane nöthig ist, sie gehörig zu verdauen. Allein sie so zu gebrauchen, daran denkt man nicht immer; oft setzt man Gewürz zu Gewürz, den schlummernden Appetit auch dann zu reizen, wo sein Schlummer ein Fingerzeig davon ist, daß die Natur nichts mehr bedarf; man setzt sie zu einem Getränke, das an sich schon reizend ist, zum Wein, zum Brantewein, zum Kaffee. Was sind die zahlreichen deutschen und französischen Liqueurs anders, als eben so viele der heftigsten und stärksten Reizmittel, die kaum tropfenweise sollten genossen werden, während sie so gewöhnlich die Gesundheit vergiften und den Wohlstand der Familien untergraben. Man setzt die Vanille zum Kaffee, und achtet nicht der so heftigen Wallungen des Blutes, das diesem Genusse folgt. Täglich raffinirt der menschliche Verstand auf solche, jedem guten Zweck entgegenstrebende, Künsteleien und verpestet sich die Welt, die ihm ein Paradies seyn kann, und es durch seine Schuld nicht ist.

XVI.

Endlich verdienen auch die reizenden Dinge hier genannt zu werden, die, ohne mit einem solchen brennenden Oehle gerade geschwängert zu seyn, diese Eigenschaft durch andere, zum Theil nicht erkannte, Stoffe besitzen. Hierhin gehört der Rettig, Meerrettig, Zwiebeln, Knoblauch, Senf, Sardellen, Heringe, Salz, das eigentlich auch die beiden genannten Fische mit dieser Eigenschaft begabt und einige andere. Zum Theil sind sie uns unentbehrlich; schon seit den ältesten Zeiten z. B. steht das Salz als das einfachste Mittel im größten Ansehen, den Geschmack zu reizen, den Magen in größere Thätigkeit zu setzen. Man nannte es göttlich, einen Freund Gottes, hielt Salzquellen für heilig u. s. f. Einige andere sind mehr auf Lokalgebrauch beschränkt. So z. B. ißt der Russe fast keine Speise ohne Zwiebeln; ein eben so häufiger Gebrauch herrscht größtentheils im ehemaligen Polen. Es ist ein ähnliches in der Schweiz mit dem Senf Mode.

Von ihrem Gebrauch gilt so ziemlich das, was von der ganzen Klasse gesagt ist, zu welcher sie sich als ein Theil verhalten. Nirgends sollen Hämorrhoiden so häufig seyn, als in Polen, und wer sollte nicht die Ursache davon im

Zwiebel- und Knoblauchessen suchen, das dort übertrieben ist? Der übermäßige Gebrauch des Salzes, so wie er auf den Seereisen Statt findet, scheint den Scorbut bewirken zu können.

Sehr viele Nahrungsmittel sind als solche bekannt, die wenig reizen, wenig, zum Theil gar nicht nähren. Hierhin gehören denn Obst, Essig, Wasser u. dergl. Der Mensch könnte sich bei ihrem Genusse recht wohl befinden, wenn nicht die Gewohnheit ihn dahin gebracht hätte, daß er von ungleich stärker nährenden und reizenden affizirt werden müßte, wenn er bei völligem Wohlseyn bleiben will. Man hat Beispiele genung, von Einsiedlern, Landleuten, die fast gar keine andere Kost, kein anderes Getränke kennen; lebten wir noch im Stande der Natur, sagt Vogel, so daß unsere Magen nicht durch gekünstelte warme Speisen und Getränke, durch Fleischnahrung und Gewürze verwöhnt wären, und unsre Nahrung von Jugend auf in weiter nichts, als rohen Feldfrüchten und frischem Wasser bestände, so würde es ganz und gar nicht die Frage seyn können, ob der Genuß des Obstes auch wohl nachtheilig sey, oder ob es nicht Personen gäbe, die es schlechterdings nicht ungenos-

sen lassen müssen, wenn sie die Dauer ihres Wohlbefindens nicht unterbrochen sehen wollten? Leider ist aber fast unsere ganze Lebensart ein Werk der Kunst geworden! — Die Freiheit des Menschen, sein Hang, sein Vergnügen, das Gewöhnliche zu verändern, und dem Schöpfer in Erfindung neuer Produkte nachzuahmen, hat es dahin gebracht, daß wir unsern Körper von den milden Nahrungsmitteln, so wie sie aus den Händen der Natur kommen, entwöhnen, so, daß endlich uns zusammengesetzte und stärker reizende, ein unentbehrliches Bedürfniß werden. „Man denke nur an Fleisch, Bier, Wein, Brantewein, Tabak ꝛc.“ So sind denn diese Dinge alle jetzt dazu mehr geschickt, ein Gleichgewicht in der organischen Maschine dann herzustellen, wenn andere sehr heftige Reize sie zu sehr schon aufreiben. Sie sind dann, wie man sagt, ungemein wohlthätig wegen ihrer kühlenden Eigenschaft. Wenn im Sommer die Sonne mit dreigedoppelter Kraft einwirkt, wie wohl thut dann nicht der Genuß des Obstes, des sauren Sallats u. dergl. Wie wohl schmeckt dann nicht ein Glas Wasser, geschöpft aus dem kalten Brunnen? Der Genuß der Fleischspeisen, der warmen Speisen und Getränke ist uns dann selbst zuwider. Vom Obste gilt jedoch das alles nur, so lange es frisch ist. Das gedörrte Obst hat seine meisten Säfte verlohren, und nährt deßhalb etwas mehr, weniger ist es aber auch

dazu geeignet, so wie frisches, zu kühlen; gebackenes ist oft wegen seiner brenzlichen Eigenschaft sogar reizend geworden. Eingemachtes nimmt Eigenschaften dieser oder jener Art an, je nachdem es so oder so behandelt worden ist. Der Essig, eine der kühlendsten Flüssigkeiten, der darum auch schwächlichen Naturen am wenigsten bekommt, wird doch oft, wenn er brenzlich, oder mit Pfeffer, Brantewein, Ingwer u. s. f. verfälscht ist, diese Eigenschaften bekommen.

Es versteht sich von selbst, daß sich diese Eintheilung aller Nahrungsmittel des menschlichen Körpers nicht streng immer auf die einzelnen Stoffe selbst anwenden läßt, daß nicht dieser oder jener eben so gut in der einen Hinsicht zu dieser und in der andern zu jener Klasse vielleicht gezählt werden könnte. So etwas muß schon dadurch erfolgen, daß die verschiedenen Bereitungsarten manches sehr reizend machen kann, was an sich es sehr wenig ist; daß manches seine nährenden Bestandtheile ganz verlieren, seines Reizes ganz beraubt werden kann. Für das erstere will ich das Fleisch anführen; man kann ihm durch Kochen alle seine Gallerte entziehen und es zum saftlosesten Gewebe machen; das an sich wenig reizende Wasser kann man seines Sauerstoffs

einem großen Theile nach berauben, und so wird es zum fadesten Getränke auf der Welt. Man trinke nur gekochtes Wasser. Jede Vermischung bringt hier auch immer eine Veränderung hervor; die man sich nach Maaßgabe der allgemeinen gegebenen Uebersicht leicht wird in einzelnen Fällen bestimmen können.

Uebrigens können noch alle Speisen und Getränke Eigenschaften haben, die ihnen eben so wohl selbst anhängen, als auch aus den Verhältnissen entspringen können, welche in den Verdauungskräften Statt finden. Einige z. B. blähen sehr. Hierhin gehören vorzüglich alle diejenigen Speisen und Getränke, welche viel Zuckerstoff enthalten, der nun in der Wärme des Magens Gährung veranlaßt, dadurch Gas entwickelt und Blähungen erregt, wenn der Magen, der Darmkanal sich nicht kraftvoll genung zusammenzieht, um jede mit schmerzhaften Gefühlen begleitete Ausdehnung zu verhüten, wenn dieser, da, wo er nicht an sich dazu Kraft genung hat, durch mitgenossene stärkere Reizmittel in hinlängliche Thätigkeit ist gesetzt worden, diese Entwickelung theils zu verhindern, theils die entwickelten Gasarten zu entfernen. Andere solcher Stoffe

sind wegen ihrer sättigenden Kraft bekannt; d. h. sie stumpfen in sehr kleiner Menge schon die Nerven des Magens ab, und bewirken also Mangel an Neigung zum fernern Genuß. Fettige Oehle, und mit ihnen reichlich versehene Speisen, sind in dieser Hinsicht vorzüglich bekannt; während andere von der Art sind, daß sie den Appetit nach neuem Genusse auch dann noch immer rege erhalten, wenn die Bedürfnisse der Natur schon längst befriedigt sind.

Man spricht soviel von gesunden und von ungesunden, verdaulichen und unverdaulichen Speisen. So oft wird der Arzt deßwegen um Rath gefragt, gebeten, in einem gegebenen Falle sein Urtheil zu fällen. Es heißt dieß nichts anders als ihn in große Verlegenheit setzen. Von beinahe keinem Dinge läßt sich sagen, es ist gesund und ungesund, verdaulich oder nicht verdaulich. Eben so viel, als dabei auf die Speisen und Getränke ankommt, kommt auch darauf an, in welcher Menge, auf welche Art bereitet, in welchem Orte, in welchem Alter, von welchem Geschlechte, unter welchem Befinden sie genossen werden. Wir werden über diese einzelne Gesichtspunkte an andern Orten zu sprechen Gelegenheit finden, auf sie verweise ich

hier, während ich mich dort auf die hier angegebenen Momente beziehe.

Alle Nahrungsmittel können nach der verschiedenen Form, in der sie genossen werden, eingetheilt werden:

1) in Speisen, und

2) in Getränke. Die letztern nehmen wir zunächst in der Absicht zu uns, den Verlust der flüssigen Theile unsers Körpers zu ersetzen, und Wasser ist die Grundlage aller. Inwiefern sie diese oder jene Eigenschaften haben, oder haben können, sind sie mit den Speisen gemeinschaftlich abgehandelt worden.

XVII.

Blut, Säfte, die bedeutendsten relativ innern Reizmittel.

Luft, Licht und Wärme waren unentbehrliche Reize für die zu erhaltende Thätigkeit der organischen Maschine, deren Einwirkung zunächst von außen auf sie eintraf. Die Nah-

rungsmittel waren es nicht weniger, inwiefern nämlich durch sie auf der einen Seite der Verlust ersetzt werden soll, welcher im Körper immerfort Statt findet; während andere von ihnen gerade die Organe zur Thätigkeit auffordern, die für die Verdauung, d. h. für die Umformung, Aufnahme des für die Organisation nützlichen, und Entfernung des Unbrauchbaren von dem, was zur Ernährung in sie hinein gebracht wird, bestimmt sind. Jetzt kommen wir darauf, um genauer die Wichtigkeit einiger andern Reize zu prüfen, die im Körper selbst enthalten sind, deren er eben so wenig entbehren kann. Diese sind denn nun die in seinen Höhlen enthaltenen Flüssigkeiten und namentlich die Stammutter aller übrigen,

das Blut.

Wie froh, wie gesund fühlt sich der Mensch, in dessen Adern dieser Purpursaft in gehöriger Menge, in gehöriger Beschaffenheit umherläuft, wie blühend ist seine Gesichtsfarbe, wie glänzt sein Auge, wie warm und sanft ist seine Haut. Gut genährt ist sein Körper. Kraft belebt seine Muskeln. Das Blut ist das wichtigste Reizmittel für den ganzen Körper, bei ihm ist es denn in gehöriger Stärke wirksam, so wird denn auch ganz jene Wirksamkeit, jene Thätigkeit des Körpers im Ganzen sowohl, als auch in den einzelnen

nen Theilen sichtbar, und die Seele, die an der Freiheit, an der Leichtigkeit, mit der die Verrichtungen des Körpers von statten gehen, selbst Antheil nimmt; und um desto leichter selbst ihren Obliegenheiten vorstehen kann, leichter durch die gut organisirten Sinne und gehörig gut beschaffenen, leicht beweglichen Werkzeuge Eindrücke empfängt, und Eindrücke erwiedern kann, nimmt selbst Antheil an dieser vortheilhaften Beschaffenheit des Körpers, befindet sich in einem Gefühle des Wohlbehagens, der Heiterkeit, die nur der Gesunde so ganz kennt.

So sieht man denn wie jedem, der gesund seyn will, daraus die Pflicht erwächst, sorgsam darauf zu sehn, daß die Menge seines Blutes nie unter Gebühr vermindert, seine Beschaffenheit nicht verändert werde, daß daraus nachtheilige Folgen hervorgehen mußten. Es kann einmal auf einem mittelbaren, ein andermal auf einem unmittelbaren Wege geschehen, daß die Menge und die Güte des Blutes vermehrt oder vermindert wird.

Das Blut ist das Produkt der Nahrungsmittel. Jemehr diese für den Ersatz des Verlohrnen berechnet waren, in je größerer Menge sie genossen aber auch verdaut wurden, denn nur das letztere bestimmt die darauf folgende Bereitung des Blutes, desto größer muß, unter

gleichen Umständen, die Menge des Blutes, desto besser die Beschaffenheit desselben seyn. Daß entgegengesetzte Beschaffenheit jener auf entgegengesetzte dieser bewirken, bedarf wohl keines Beweises. Daher kommt es denn nun, daß sich im Durchschnitte derjenige in dieser Hinsicht sowohl befindet, dessen Magen recht gut verdaut, und dem sein Fleiß oder sein Schicksal gute Nahrungsmittel in gehöriger Menge verschafft. Der Landmann hat hier meistentheis den Vorzug über die Städter. Eine meistentheils sehr einfache, grobe, aber doch nährende Diät, findet bei jenen einen guten Magen; alles, was für den organischen Körper brauchbar ist, wird auch zum Nutzen dieses verwendet; so ist hier in dem Magen die Quelle zu finden, die immerfort Stoff für ein gesundes, in gehöriger Menge vorhandenes Blut hergiebt; während der Städter beim Genusse ungleich leichterer, an sich stärker nährender Stoffe kaum ein Defizit abhalten kann, weil seine Verdauungskräfte nicht so kraftvoll sind, um so viel nährende Stoffe auszuziehn, als ihm dargeboten wurden.

Das Blut bedarf indessen auch noch der Zumischung des Sauerstoffes aus der atmosphärischen Luft. Wenn der aus den Speisen bereitete Saft endlich dem Blute beigemischt war, das im Begriff stand, nach dem Herzen zurückzukehren;

wenn es nun den Verlust ersetzen kann, den dieses auf seinem Umlaufe durch den ganzen Körper erlitten hatte: so muß nun auch dieser Stoff mit beigemischt werden; deßwegen wird das nach dem Herzen zurückkehrende Blut nicht sogleich von da wieder nach allen Punkten des Körpers versendet, sondern nach der Lunge gebracht, wo es nun auch den genannten Stoff empfängt. Dieser darf nun zwar ein gewisses Maaß ebenfalls, ohne zu schaden, nicht überschreiten, allein wenn er in zu geringem da ist, so fehlt alsdann dem Blute ein wichtiges Reizmittel, um die Gefäße anzuspornen, durch welche es geführt wird, und daher kommt es denn, daß der Städter meist auch darin dem Landbewohner nachsteht. Selten hat er Gelegenheit, immer eine Luft zu athmen, die hinlänglich mit Sauerstoff geschwängert ist. So geht dann sein Blutumlauf auch weniger rasch, weniger kraftvoll, und da im menschlichen Körper, wie in jedem organischen, jeder Theil, jede Verrichtung Zweck auf der einen Seite, und hinwiederum Mittel auf einer andern ist: so kann es denn nicht anders geschehen, als daß die Nachtheile, die hier in Bezug auf das Blut Statt finden, dieses auch selbst veranlassen, Nachtheile in andern Verrichtungen zu erzeugen. Wir werden davon noch weiterhin nähere Kenntniß erlangen. Hier sahen wir denn, wie auf solche

Umstände es ankommt, ob das Blut in gehöriger Menge und Beschaffenheit da sey, oder nicht da sey.

Die Umstände, welche das Erstere bewirken, können auch die Menge des Blutes zu groß werden lassen. Wer eine gute Verdauung hat, gut zu essen und zu trinken pflegt, und aus dem Zustande, worinne dadurch nur immer Gleichgewicht zwischen Verlust und Ersatz bewirkt wird, d. h., aus starker, anstrengender Arbeit in den kommt, wo die letztere fehlt, während die erstern Umstände bleiben, der kann sehr leicht die angeführte Folge erfahren, und, wie man sagt, vollblütig werden, einen Ueberfluß an Blut bekommen; dieß ist bei so manchen der Fall, denen das Schicksal eine arbeitende Lebensart mit aller möglichen Bequemlichkeit zu vertauschen erlaubte; es ist bei so manchen Pächtern, Soldaten, Jägern und dergl. der Fall. Weil Vollblütigkeit nicht allein eine Menge unangenehmer, sondern selbst dem Unkundigen bedenkliche Zufälle erregen, so suchen sie dann gar bald die Menge des Blutes zu vermindern, und lassen zur Ader. Das ist denn zwar an sich ein Mittel, das die Gefahr des Augenblicks vermindert; das selbst recht sehr gut ist, wenn es darauf ankommt, ihre Rückkehr zu verhindern, allein durch die Umstände, die dabei obwalten, verliert es ganz diese

lobenswerthen Eigenschaften. Es ist eine allgemeine Wahrheit, so lange eine Ursache bleibt, welche diese oder jene Wirkung veranlaßt, so lange existirt auch diese Letztere selbst. Was hilft es also, die Blutmenge durch Aderlassen zu vermindern, wenn, wie es fast niemals geschieht, nicht die Quelle selbst gestopft wird, welche das zu viele Blut hergiebt, wenn man mehr und nahrhaftere Dinge ißt und trinkt, als unter den jetzigen Umständen zum Ersatz des Verlornen nöthig wäre. Wer an wahrer Vollblütigkeit leidet, sucht sich vergebens dadurch von seinem Uebel zu befreien, daß er alljährlich ein, zweimal eine Quantität Blut abzapfen läßt; er lindert das Sausen und Brausen vor den Ohren, sein Kopfweh, seine Gliederschwere, sein Zittern nur für wenig Tage. Dagegen ist nur ein Mittel; er muß mäßig, frugaler leben; sein Bier mit Wasser, seinen Wein mit Essig, sein Fleisch mit Gemüse vertauschen, und dann wird er sicherer und dauerhaft seinen Zweck erreichen.

Das Schlimmste ist noch, oft scheint Vollblütigkeit da zu seyn, sie ist es aber nicht. Wir werden die Ursachen davon im folgenden sehen. Die Verhältnisse, in welcher der Mensch jetzt lebt, die schwächliche Erziehung, welche ein großer, je bei weitem der größte Theil der Menschen genoß, die jetzt in kultivirten Ländern hau=

sen, die Lebensart, welche so manchem eigen ist, so manchem eigen seyn muß, die Sorgen und Unruhen, der Kummer u. s. f., denen so mancher durch die Verhältnisse ausgesetzt wird, welche er theils nicht ändern kann, theils nicht zu ändern versteht, dieß, und so manches andere, hindert die Ausbreitung eines guten Nahrungssaftes, mithin also auch die Bereitung eines guten in zu großer Menge vorhandenen Blutes. Wer sich daher durch den Schein einer Vollblütigkeit dazu wollte verleiten lassen, Blut durchs Aderlassen zu verlieren, würde sein Uebel selbst in ungemein hohem Grade vermehren, und immerfort neue Ursache zu haben glauben, den Verlust wiederholen zu müssen.

Es ist eine traurige Sache, daß das Aderlassen eine so allgemein verbreitete Gewohnheit ist. Wenn doch jeder das beherzigte, was Herr Consbruch in seinem diätetischen Taschenbuche *) darüber sagt.

Die künstlichen Blutausleerungen durch Aderlassen, Schröpfen u. s. w. sind bei gewissen Krankheiten, die von Vollblütigkeit oder Entzündungsreizen herrühren, allerdings vortreff-

*) S. 311.

liche und unentbehrliche Mittel, nur für einen gesunden Menschen und als diätetische Mittel, um sich gegen Krankheiten zu schützen, sind sie höchst schädlich, und können viel eher Krankheiten herbeilocken als entfernen. Der gesunde Mensch hat gerade so viel Blut, als zur Integrität seiner Organe und ihrer Verrichtungen nöthig ist, und jeder künstliche Blutverlust ist für ihn daher ein Verlust an Gesundheit. Und da bei weitem der größte Theil unserer jetzigen Generation von schwächenden Einflüssen ergriffen ist, und unsere körperliche Konstitution durch unzählige Ursachen — eine entschiedene Anlage zur Schwäche erhöht, so geht daraus deutlich genung hervor, daß für einen gesunden Menschen nichts schädlicher seyn könne, als die noch immer zu sehr herrschende, durch einen falschen Wahn der ältern Aerzte eingeführte, durch mangelhafte Kenntniß der neuern begünstigte, und durch die Unwissenheit und selbst eine niedrige Gewinnsucht vieler Wundärzte und Quacksalber unterhaltene Gewohnheit, jährlich ein oder mehreremal ader zu lassen.

Es ist gewiß, daß die gerügte Gewohnheit nicht mehr so stark herrschend ist, wie sonst. Man hat vorzüglich in den Städten seltner Gelegenheit darüber zu klagen. Aber das ist nicht zu leugnen, daß sie beim gemeinen Manne auf dem

Lande und in kleinen Städten ungemein stark noch wüthet. Es giebt Perioden, wo da alles zum Bader läuft, um sein Geld und auch wohl seine Gesundheit zu verlieren. Vorzüglich ist dieß gegen die Aernte der Fall. Beschaffenheit der Gesundheit, Geschlecht, Alter, Nahrung, Lebensart, nichts wird da berücksichtigt; das Vorurtheil bringt es so mit sich, und wer hätte Kraft genung, diesem zu widerstehen?

Kann die Blutmenge, wie wir bisher sahen, auf eine unmittelbare Art vermehrt oder im Gegentheil vermindert werden: so kann sie es auch auf eine mittelbare Art. Das Blut ist die Stammmutter fast aller übrigen Feuchtigkeiten des menschlichen Körpers. Aus ihm werden sie geschieden, entweder um aus dem Körper selbst entfernt zu werden, weil sie, in demselben zurückgehalten, Schaden stiften würden, oder in demselben so lange zu verweilen, bis sie entweder wieder ins Blut aufgenommen, oder zu dem Behufe verwendet werden, für welchen sie bestimmt sind. So z. B. gehen nach jeder innern und äußern Fläche des Körpers, z. B. nach der Hautfläche, nach der Fläche, die die Lungen, oder vielmehr die darin verbreiteten Kanäle

der Luftröhre darbietet, eine ungeheure Menge Gefäße, welche eine bedeutende Quantität wäßriger, salziger und anderer Stoffe ausführen, und so die sogenannte Ausdünstung darstellen, die theils unmerklich im niedern Grade, theils als Schweiß bemerkbar im Höhern ist, insofern wir es auf die Haut beziehen. Nach den Nieren findet ein ähnlicher Trieb Statt; es wird hier die Feuchtigkeit abgesondert, die unter dem Namen des Urins bekannt ist, und mit der vorigen der Sache eine größere Aehnlichkeit hat, als mancher denken mag. Diese Materien sind denn nun zunächst dafür bestimmt, daß sie aus dem Körper ausgeleert werden sollen. Blieben sie in demselben zurück, so würden sie bedeutenden Nachtheil stiften; so sehen wir Wassersucht entstehen, wenn die Ausleerung des Urins, wenn die Hautausdünstung unterbrochen ist. Indessen, es giebt auch andere, die nicht so unmittelbar ausgeleert werden dürfen, die sogar nicht einen gewissen Grad dabei übersteigen dürfen. Hierhin gehört z. B. der Saame beim Manne, die Darmfeuchtigkeiten bei beiden Geschlechtern. Das weibliche Geschlecht hat die Eigenheit, daß bei ihr sogar eine periodische Ausleerung des Blutes selbst Statt findet, mit welcher die der Sache nach überein kommt, welche im Kindbette beobachtet wird.

Die Menge des Blutes kann nun sehr vermindert werden, wenn diese Säfte in größerm Maaße ausgeleert worden, als es mit dem Wohlbefinden eines gegebenen Subjekts vereinbar ist, inwiefern dadurch die Natur dahin gebracht wird, diesen Abgang zu ersetzen, inwiefern dieses nur durch das Blut geschehen kann, und mithin der Nachtheil, der im Einzelnen sich ereignet, nun gar bald bemerkbar für das Ganze werden muß. Es wird nicht nur nöthig seyn, hier etwas näher ins Detail einzugehn. Zuerst ein paar Worte über den unmittelbaren Blutverlust, welcher dem weiblichen Geschlecht eigenthümlich ist.

Die besondere Organisation des Weibes, seine Bestimmung, mit seinen Säften ein werdendes Geschöpf zu ernähren, scheint, im Fall dieses nicht in seinem Schooße ruht, mithin diesen Aufwand von Säften nicht nöthig macht, einen Ueberfluß von Blute zu erzeigen, für dessen Entfernung nur die Natur ihm den Ausfluß bestimmte, welcher jeden Monat eintritt, ohne daß er übrigens bei allen Individuen gleich an Dauer, gleich an Menge wäre. Weit entfernt, daß dadurch dem schönen Geschlechte ein Nachtheil erwachsen sollte, befindet es sich im Gegentheil recht wohl dabei, wenn nur nicht — dieser Ausfluß die Gränzen übersteigt, welche ihm bei einem

gegebenen Individuo nach Maaßgabe der übrigen Verhältnisse, der Blutmenge, des Alters, der Verdauungskraft, der Lebensart, der Nahrungsmittel, bestimmt seyn müssen. Fehlt diese Bedingung, wird die Dauer des Flusses und seine Menge durch Reize vermehrt, welche, auf die Zeugungsorgane einwirkend, einen größern Zufluß des Blutes dahin bewirken, raubt schwächende, nicht hinlänglich nährende Diät, Kummer, Sorgen, und dergl. den Gefäßen die Kraft, das Blut, so wie es seyn sollte, gehörig umher zu führen, und läßt es im Gegentheil diesem die Freiheit — sich, nach Art einer jeden auch nicht im Körper befindlichen Flüssigkeit dahin zu begeben, wo es sich am leichtesten verweilen und ausbreiten kann: — wozu die weiblichen Zeugungstheile am meisten geschickt sind, — so wird denn nun dieser Ausfluß zu stark, er artet in Blutfluß, Blutsturz aus, der Körper leidet dadurch, wie es bei einer eben so oft wiederholten Aderlaß der Fall seyn würde; er wird geschwächt, d. h. deutlicher gesprochen, ihm wird in bedeutendem Grade ein Reiz entzogen, der für die Erregung seiner Lebensthätigkeit höchst nothwendig ist, und nun theils mittelbare, theils unmittelbare Folgen hervorgehen läßt. Die mittelbaren werden uns zu einer andern Zeit einleuchten; was die unmittelbar entstehenden anbetrifft, so erwähne ich nur der Blässe, der Mattigkeit, der Kraftlosigkeit,

die sich über den ganzen Körper ausbreitet. Neigung zu Ohnmachten und diese selbst, Unfähigkeit, einige körperliche Anstrengungen zu ertragen, und so manches andere gehört hierher.

Mit der Kindbetterinnenreinigung ist es dasselbe. Sie scheint mit der vorigen aus gleichen Ursachen da zu seyn, ist eben so unentbehrlich in dem gehörigen, bei jeder Wöchnerin freilich verschiedenen Grade als nachtheilig in dem zu hohen Grade, wo sie sehr leicht, wenn nicht Hülfe geleistet wird, den Tod erzeugen kann. Allmählig hört sie auf, weil — die Milchabsonderung in Gang kommt, und auf diese Art also der Ueberfluß von Säften hingeht, welcher in der weiblichen Organisation nothwendig war, um ein neues Geschöpf zu ernähren. Ein Weib, das daher nicht säugt, wird bei hundert Gefahren nicht leicht immer eine stärkere, längere Kindbetterinnenreinigung, sondern auch bald nach dem Wochenbette ihr Monatliches wieder haben, das im Gegentheil beim Säugen meistentheils ganz entfernt oder doch in sehr schwacher Menge nur erscheint. — Es versteht sich von selbst, daß ein schwächliches, d. h., ein solches Weib, dessen Lebenskraft so von den dazu erforderlichen Reizen weniger in Thätigkeit gesetzt wird, durch häufiges Niederkommen, starke Milchabsonderung ungemein leicht dem Grabe nahe geführt werden kann,

inwiefern durch das eine und das andere die Summe ihrer innern Lebensreize, mittelst der Entziehung des Blutes auf jener, der Milch auf dieser Seite viel zu sehr vermindert wird, als daß ihre Lebensthätigkeit auf die gehörige Art im Gange gehalten werden könnte, und so manche fand deßhalb ihren Tod in der Auszehrung, die ihr zu häufige Mutterfreuden zuzogen.

XVIII.

Fortsetzung.

Genung von diesen dem Weibe eignen Verhältnissen: ich eile von denen zu sprechen, die beiden Geschlechtern gemeinschaftlich sind.

Ich mache den Anfang mit dem

Speichel.

Die Natur gab uns diese Feuchtigkeit, die im Munde aus einer Menge Drüsen abgesondert wird, unter denen sich zwei, die Parotiden genannt, vorzüglich auszeichnen, um die Speisen, gekaut, mit ihm vermischt schon zu einem Brei zu machen, welcher nur der Verdauung

schon ungleich fähiger ist, als es außerdem der Fall wäre. Ein Mensch, der noch so gut verdaut, wird doch bald diesen Vorzug verlieren, wenn er nachlässig genung ist, seine Speisen wenig zu kauen. Ein Mensch, der im Gegentheil einen sehr schwachen Magen hat, wird im Gegentheil ihm nicht allein durch Beobachtung dieser Verrichtung ungemein aufhelfen, sondern auch sogar sich selbst einen Genuß verschaffen, den er vorher gar nicht kannte. Die einfachsten Speisen werden seinen Gaumen, verwandelt in einen zarten Brei, auf eine Art kitzeln, die mit den mit indischen Gewürzen bereiteten, alles, nur nicht den Nachtheil gemein hat, welcher aus diesem zu entstehen pflegt. Der gemeine Mann weiß dieses auch recht gut. Seht jenen Bettler, der an der Landstraße sein Stück trocken Brot verzehrt. Wetteifert er nicht mit dem, der zehn Gerichte zu bekämpfen hat, in Bezug auf die Zeit, deren er für sein Brot bedarf? Würzt es ihm der Hunger und — das Kauen nicht besser, macht ihn beides es nicht gesünder, als diesen Schwelger seine ausgesuchten Leckereien? Man hat das schon in andern Schriften hundertmal gesagt; wenn ich denn wieder Euch, lieben Mitbürger, zum hundert erstenmale darauf aufmerksam mache; so geschieht es aus dem Grunde: Ich habe nämlich die Bemerkung gemacht, daß manche diese Regel für nichts weniger, als unwichtig

ansehen, und sie dennoch nicht befolgen. Das geschicht bei einigen durch Verwöhnung; bei andern ist die Unaufmerksamkeit schuld daran, die sie auf den Genuß verwenden. Wenn jener Müssiggänger nur zu leben scheint, um zu essen, so befolgen sie den Rath jenes Weisen, der Mensch soll nur essen, um zu leben, wieder mit solcher Unaufmerksamkeit auf ihr Wohl, daß sie über den Zweck ganz des Mittels vergessen, durch das er erreicht wird, und so am Ende den erstern selbst weniger vollkommen erreichen, als es wohl sonst der Fall seyn dürfte. Voll von den Entwürfen, die sie auszuführen gedenken, die sie ausführten, mit einem Geiste, der von allen andern Ideen, nur nicht von denen der Speisen, die auf dem Tische dampfen, beschäftigt wird: setzen sie sich nieder, um nur so geschwind, als möglich, wieder wegzukommen; diejenigen, welche sich voll Unmuths niedersetzen, bei Tische nur das Gespräch auf Materien leiten, die die unangenehmsten Gefühle erregen, will ich gar nicht erwähnen.

Unter allen aus dem Blute abgeschiedenen, und für die Erhaltung des Körpers bestimmten Feuchtigkeiten, ist der Speichel gewiß die einfachste, und daher ist auch sein Verlust im Durchschnitt am leichtesten zu ertragen. Indessen zu weit ausgesteckte Gränzen darf er doch nicht über-

schreiten. Man sieht das an Menschen, die durch die ehemals mehr als jezt gebräuchlichen Salivationskuren *) oft ungemein ausgezehrt werden. Man sieht das an sehr starken Tabaksrauchern, die theils durch diesen Verlust, theils durch die entstandene schlechte Verdauung ungemein abgemagert werden. Ich kann mich nicht enthalten hier über das leztere ein paar Bemerkungen einzuschalten, die vielleicht schon an einem andern Orte hätten stehen sollen.

Der Tabak ist eines der stärksten Reizmittel, das die Europäer im sechzehnten Jahrhunderte bei den Amerikanern kennen lernten, die sich seiner nicht selten als eines Mittels bedienten, den Hunger zu vertilgen, wenn ihnen keine Lebensmittel zur Hand waren, und als Arzneimittel sehr schäzten. Da er eines der heftigsten Reizmittel ist, und bei denen, die an seinen Gebrauch noch gar nicht gewöhnt sind, oder sehr leicht erregbare Lebensthätigkeit besitzen, wie z. B. Kinder, Weiber, die fürchterlichsten Zufälle, Brechen, Durchfall, Krämpfe, Ohnmacht u. s. f. erregt: so konnte er sich nun eben nicht sehr als eine Leckerei empfehlen, vorzüglich, da er nichts weniger als ange-

nehm

*) Wodurch das Quecksilber das venerische Gift vertilgt, und auf diesem Wege aus dem Körper geführt werden soll.

nehm schmeckt: allein man faßte, wahrscheinlich gestützt auf die wahren oder falschen Erzählungen der Amerikaner von seinen Heilkräften, zu den letztern ein ungemein großes Zutrauen, und glaubte durch ihn gegen die wichtigsten Krankhei= geschützt zu werden; Ursache genung also, ihn trotz allen Einwürfen, Vorstellungen vieler damaliger Aerzte, dem Verbote so mancher Fürsten, selbst dem Banne der Päbste, allgemein zu machen.

In der That ist es nicht zu leugnen, daß der Tabak auch wirklich manche Vortheile gewähren kann. Da er ein so wirksames Reizmittel ist, so läßt sich dies schon aus den Gründen begreifen, die hier die Vernunft an die Hand giebt. Der Fehler ist nur der, daß man ihn aus bloßer Gewohnheit, ohne allen Zweck gebraucht. Vorzüglich thut man sich denn nun da in der Hinsicht Schaden, daß er dem Körper eine ungemein große Menge Speichel entzieht, insofern er geraucht wird, insofern er hier zunächst seine Einwirkung äußert. Bei Leuten, die sehr vollsaftig sind, bei solchen, die durch nährendes Getränk den Verlust ersetzen, den das Ausspucken verursacht, thut er natürlich ungleich weniger Schaden, als jene erfahren müssen, die von Natur mager sind oder nur Wasser trinken. Mancher glaubt sich zu sichern, wenn er nicht ausspuckt.

Unmittelbar schadet er sich hier freilich nicht, allein destomehr mittelbar. Der milde Schleim wird hier in eine scharfe, bittere Feuchtigkeit verwandelt, welche ungemein der Verdauung schaden muß.

Ich glaube so viel über den Tabak gesagt zu haben, als für diesen Zweck passend ist. Zürnt man mit mir darüber, daß ich nicht noch mehr über seine übrigen Nachtheile gesagt habe, — so bitte ich zu bedenken: Vergebens versuchten es die Aerzte bisher, die Ohren der Tauben hörend zu machen. Mäßiger Gebrauch des Tabaks schadet Erwachsenen auch ungleich weniger, als man dieß zu glauben geneigt ist. Vergebens versucht sich der einmal daran gewöhnte eines Reizes zu entwöhnen, dessen organische Empfänglichkeit für Reiz nun schon bedarf, um in Thätigkeit gesetzt zu werden. Mancher z. B. ist unvermögend zu schreiben, zu lesen, zu studiren, wenn er nicht die dampfende Pfeife im Munde hat, ein anderer hat keine Leibesöffnung, wenn sein Darmkanal dieses Reizes entbehren muß. Alles das sind denn hoffentlich Gründe genung, jedes andere Wort noch darüber unnöthig zu machen.

XIX.

Fortsetzung.

Mit dem Speichel ist am nächsten in Bezug auf seine Bestimmung sowohl als in Hinsicht seiner Bestandtheile der Schleim verwandt, welcher in großer Menge die innere Oberfläche des Magens bekleidet, und hier den Namen Magensaft führt, während er auf derselben Fläche der Gedärme, die er, wenigstens was den größern mit dem Magen zusammenhängenden dünnen Theil anbetrifft, in geringerer Menge überzieht, den Namen des Darmsaftes führt. In dem dicken weiten Theile des Darmkanals ist seine Bestimmung mehr die, diesen Kanal gegen den scharfen drückenden Koth zu schützen, welcher die Summe der unverdaulichen Ueberbleibsel von den genossenen Speisen und Getränken ist, insofern diese, wie z. B. die sich zersetzende Milch, nicht ganz in die Säftemassen aufgenommen werden können. Der Magen- und Darmsaft, beides wird von den zahlreichen Gefäßen abgesondert, welche sich mit offenen Mündungen auf diesen Flächen endigen. An sich würde er natürlich sehr dünn seyn, wie man bei seiner unmittelbaren Ausleerung im Durchfall oft wahrnimmt, allein durch das Verweilen, das er erfährt, wenn er keinem Speisebrei bei leerem Magen zugemischt wird; durch

die immer thätigen Gefäße, welche in allen Punkten unsers Köpers zerstreut sind, um mit ihren offenen, unendlich zarten Mündungen, alles, was sie vorfinden, einsaugen, und in die Blutmasse zurückführen, wird er so speichel, so schleimartig, wie wir ihn kennen.

Im Magen erfahren die Nahrungsmittel die wichtigste Veränderung. Die angefangene Verähnlichung im Munde durch Zufluß des Speichels wird hier dem größten Theile nach vollendet, indem die große Menge Magensaft auf der einen, das lange Verweilen des Genossenen in dieser Höhle auf der andern, und die Thätigkeit der Muskelfasern auf der dritten Seite die Zersetzung, Trennung der wäßrigen, öhligen, salzigen Bestandtheile ungemein begünstigt, und die dünne Masse nun hinlänglich schon geeignet ist, von den vorhin erwähnten auffaugenden Gefäßen, theils schon im Magen selbst, theils bei jedem Schritte vorwärts in den Darmkanal, mit Ausschluß der weniger brauchbaren, aufgenommen zu werden. Der Magensaft spielt dabei eine ungemein große, wie man sieht, ja vielleicht die wichtigste Rolle. Sein Verlust kann daher nichts anders, als großen Nachtheil hervorbringen. Nichts ist daher nachtheiliger und unnöthiger, als zu oft wiederholter Gebrauch der Brechmittel, die ihn in großer Menge ausleeren müssen. Schon in der Hinsicht wird

dieß schon bedeutend. Er schützt die reizbare innere Fläche von dem zu starken Eindrucke, den die so oft ungemein heftig reizenden Dinge machen. Es ist eine bekannte Erfahrung, daß Pfeffer, Salz, Meerrettig, kurz, alle die sogenannten bloß reizenden Stoffe im Munde eine sehr lebhafte Empfindung, Zusammenziehung, Schmerz, Zufluß der Säfte erregen. Nun ist es nicht zu leugnen, daß sie auch im Magen und den Gedärmen dieselben Wirkungen haben, allein in wie ungleich geringerem Grade ist es hier, in wie bedeutenderm dort? Das rührt denn bloß von dem Schleim her, der diese Flächen hier und dort nicht bekleidet, und wenn ich ihn hier entferne — so sehe ich auch dieselben Wirkungen. Das ist z. B. der Fall, wenn der Magensaft eine dünne, saure Beschaffenheit angenommen hat, und das sogenannte Sodbrennen erregt; das empfinden diejenigen, welche am Magenkrampfe leiden, weil sie durch Brechmittel ihren Magen seiner schützenden Hülle beraubt hatten.

Gegen den Mißbrauch der Brechmittel hat man nur wenig zu eifern nöthig, sie ziehen meistentheils solche beschwerliche Zufälle im Augenblicke des Gebrauches zu, daß sie oft kaum im nöthigen Falle angewendet werden. Dagegen pflegt man meistentheils im gemeinen Leben unverzeihlich gleichgültig gegen die Ausleerung, den

Verlust des Schleims zu seyn, der die Fläche des Darmkanals bekleidet; ja ein großer Theil Menschen pflegt diese sogar durch die stärksten Mittel in dem heftigsten Maaße zu befördern, indem sie ein- oder mehrmal das Jahr zu purgiren, abzuführen einnehmen, und glauben, dadurch theils angesammelte Unreinigkeiten auszuführen, theils Krankheit selbst verhüten zu können. Es kostet keine Mühe, nach den angegebenen Grundsätzen das Irrige dieses Verfahrens einzusehen. Man sieht ohne mein Erinnern ein, daß diesen Darmsaft ausführen, den Körper mittelbarer Weise selbst das Blut abzapfen heißt, und nur in dem Falle heilsam seyn kann, wo der Körper wirklich durch zu viele und namentlich diese innern durch die Säfte gebildeten Reize in Thätigkeit gesetzt wird, ein Fall, den man gewöhnlich gar nicht zu berücksichtigen pflegt, der sich so wie das beim Aderlassen geschieht oder geschehen muß, nicht sowohl durchs abführen, als vielmehr dadurch entfernen muß, daß ein für allemal die Quelle gestopft, aus welcher die innern Reize bereitet werden, d. h. die Speisen und Getränke von verhältnißmäßig weniger nährender Art genommen werden. Das zu häufige Abführen schadet überdieß nicht allein dadurch, daß es den Darmsaft selbst entfernt, der gerade gegenwärtig diese Fläche überzieht, sondern auch, und vielleicht noch mehr, insofern er Ursache wird, daß alle Gefäße

einen größern Umfluß ihres Blutes theils mittelbar, theils unmittelbar dahin strömen lassen; um zunächst den hier sich ereignenden Verlust zu ersetzen, um den Reiz zu entfernen, der diesen Verlust hervorbringt. Dieß dauert so lange als das Laxiermittel wirkt, und nun ist es natürlich, daß, wenn man eine solche heftig wirkende Purganz eingenommen hat, wie sie zum Theil in den Zeitungen zum Verkauf feilgeboten, zum Theil von unwissenden Bartputzern, gewinnsüchtigen Apothekern ausgegeben, zum Theil von Leuten, welche immer denken: Viel hilft viel! gewünscht werden, dem Körper eine Menge Säfte müssen entzogen werden, die er nur dann ohne Nachtheil vertragen kann, wenn er deren wirklich zu viel hatte. Das schlimmste ist nur, daß in gesunden Tagen dergleichen fast nie eintritt, daß, wenn es eintritt, das Plus, das Zuviel nie von der Bedeutung ist, als hier das Minus wird.

Endlich darf man denn auch einen andern Umstand nicht übersehen. Das Abführmittel nimmt zugleich den größten Theil dessen mit fort, was sich in den dünnen Gedärmen von Speisebrei befindet. Sogar den Ersatz also raubt es, der hier für den Körper möglich gewesen wäre. Man sieht auf diese Art leicht ein, daß wohl keine Thorheit größer ist, als die, welche einst die Aerzte aufbrachten, und von

den gemeinen Leuten, vorzüglich auf den Dörfern, immer noch beibehalten wird, dem Körper zu bestimmten Zeiten eine große Menge seiner Säfte dadurch zunächst zu entziehen, daß man dem Darmkanal dem Saft, den Schleim raubt, der ihm zum Schutz in der einen, und zur Verdauung der Speisen in der andern Hinsicht gezogen worden ist.

Im Blute sind eine Menge harziger, zäher, für die Organisation nicht brauchbarer Stoffe, welche aus demselben in der Form der Galle ausgesondert werden. Indessen die Natur, alles so sehr benutzend, als sie nur immer kann, wollte doch auch noch von der Wermuthbitterkeit dieser Feuchtigkeit den noch möglichen Vortheil ziehen. Es schien ihr ein passendes Reizmittel für die Gedärme zu seyn, um den Speisebrei gehörig fortzubewegen, eine passende Materie zu seyn, die mancherlei fettigen, wäßrigen Feuchtigkeiteu besser untereinander zu verarbeiten, welche im Speisebrei sich vorfinden. Deßwegen ergießt sich dann die Galle, wenn der durch Speisen ausgedehnte Magen nach der untern Fläche der Leber drückt, in welcher sie abgesondert wird, und unter welcher sie selbst in einer Birn-

förmigen Blase liegt, in dem Anfang der Gedärme, namentlich in den mit dem Magen unmittelbar zusammenhängenden sogenannten Zwölffingerdarm. Manche Reize vermögen nun die Absonderung dieser Feuchtigkeit ungemein zu vermehren. Dahin gehören zunächst Brechmittel. Noch mehr vermögen es gewisse Leidenschaften, z. B. der Zorn, der Aerger. Wird sie, wie es bei den erstern, den Brechmitteln, der Fall ist, übermäßig ausgeleert, so hat sie, inwiefern diese Ausleerung so ein unentbehrliches Hülfsmittel für die Verdauung ist, ungemein nachtheilige Folgen in dieser Hinsicht, und Schleimanhäufung, Mangel an Leibesöffnung, alle Begleiter und Folgen des schwachen Magens, werden sich gar schnell einstellen. Bleibt hingegen die in zu großer Menge abgesonderte Galle ergossen im Magen und Darmkanal, wie es so oft bei Aergerniß der Fall ist, vorzüglich bei solchem, bei welchen man, wie man im gemeinen Leben sagt, die Galle in sich hinein frißt, seine Leidenschaften nicht einmal austoben lassen kann: so wirkt die an sich reizende Galle nun als zu starker Reiz auf die Gedärme, und Durchfall, Erbrechen, Darmentzündung sogar, sind die oft tödtlichen Folgen. Die Galle verhält sich da gleich einem starken Purgiermittel.

Die Galle besteht aus den seifenartigen, harzigen, zähen Bestandtheilen, die im Blute

sich dadurch wahrscheinlich einfinden, daß doch aus dem Speisebrei manche nicht allzu verdünnte und verdünnt bleibende Partikeln von der Lymphe oder aufsaugenden Gefäßen aufgenommen werden. Die Gefäße, welche die Gallenfeuchtigkeit in der Leber absondern, sind ungemein zart. Was ist unter solchen Umständen leichter möglich, als daß die Galle in diesen Gefäßen selbst, oder angesammelt in ihrer Blase, wenn sie nicht in gehöriger Menge ausgeleert wird, stockt, und nun Gallensteine, Gelbsucht, Hartleibigkeit, Gallenkolik rc. veranlaßt? Gallensteine unmittelbar durch ihre Verdickung, Verhärtung; Gelbsucht durch die verhinderte fernere Absonderung der Gallenfeuchtigkeit, die nun auf der Haut abgesondert, den übrigen Säften beigemischt wird *), Hartleibigkeit, insofern der Sporn fehlt, dessen die Gedärme in ihr nöthig haben. Gallenkolik, insofern die verhärtete Galle als mechanischer Reiz auf die Wege wirkt, durch welche und in welchen sie sich einwirkend zeigt.

---

*) Z. B. der Speichel schmeckt oft bitter. Die Augenfeuchtigkeiten sind, so wie der Urin, gelb gefärbt.

Eine der wichtigsten Ausleerungen, die im menschlichen Körper täglich Statt finden muß, ist die des Kothes, des sogenannten Darmunraths, d. h. der Ueberbleibsel des Speisebreies, die vor die aufsaugenden Gefäße entweder nichts taugliches mehr enthalten, oder ihren Mündungen zu schnell entzogen wurden. Seine Menge muß immer angemessen seyn der Menge und der Beschaffenheit der genossenen Nahrungsmittel. Grobe, wenig Nahrungsstoffe enthaltende Speisen lassen natürlich mehr Stoffe zurück, als solche, die wie weiche, frische Eier, z. B. recht zartes Fleisch und dergl. fast ganz in die Säftemasse übergehen. Im Allgemeinen muß jeder gesunde Mensch täglich einmal offenen Leib haben. Hat er öfterer, so wird dieses ein Beweiß seyn, daß die Gedärme schneller den Speisebrei fortbewegen, als es verträglich mit der Auffaugung alles dessen ist, was für die Ernährung des Körpers heilsam und dienlich seyn kann. Man sieht daraus, wie wunderlich die Meinung, der Wunsch jener ist, die sich ängstlich darum bekümmern, wenn sie nicht täglich zwei- dreimal Oeffnung haben, die wohl gar zu sorgsam sogleich zu Clystiren, Laxirmitteln, ihre Zuflucht nehmen, wenn sie ihrer Meinung nach der Göttin der Cloaken nicht oft genung ihre Aufwartung machen dürfen.

Dagegen ist es aber auch gewiß, daß die Leibesöffnung, die nicht jeden Tag erfolgt, ebenfalls ein nicht allzugünstiger Umstand ist. Die Trockenheit, wird alsdann zu groß in diesen Ueberbleibseln. Ungemein angestrengt wird der Mastdarm, diese Ausleerung hervorzubringen. Ueberdieß erzeugt sich allmählig eine Neigung zur Hartleibigkeit, die am Ende in Hämorrhoiden, Darmerweiterung, Entzündung der Därme, Miserere u. s. f. übergehen kann.

Wenn der zu weiche Darmkoth schon eine nicht vollkommen gut von stattengehende Ernährung begründen wird: so wird dieses noch vielmehr beim Durchfall der Fall seyn müssen. Hier werden die Speisen so schnell durch den Darmkanal hindurch geführt, daß die aufsaugenden Gefäße gar keine Zeit haben, die nährenden Stoffe aufzunehmen. Zu gleicher Zeit leidet der Körper dadurch, daß der Reiz, der diese Ausleerung so stark macht, auch den Darmsaft mit entfernt, ein Gegenstand, den wir schon erörtert haben. Kein Wunder, daß der ganze Körper dadurch ungemein mitgenommen wird, daß nichts so sehr die Kräfte, wie man sagt, aufreiben kann, als ein heftiger, anhaltender Durchfall. Nicht selten wird er ebenfalls, wenn ihm durch nichts Einhalt gethan wird, so habituell, zur Gewohnheit, daß ihn am Ende nichts mehr einschränken kann.

Eine gehörige Auswahl von Speisen, gehöriges Maaß von Flüssigkeiten muß am meisten dazu beitragen, diese Ausleerung so heilsam auf der einen, so unschädlich auf der andern Seite zu machen, als es möglich ist. Wer durch Mangel an hinlänglicher Bewegung, durch Reizlosigkeit des Alters und dergl. Neigung zur Hartleibigkeit hat, muß nothwendig etwas öfterer und mehr trinken, als derjenige, der vielleicht eher wiederum zu flüssigen und zu häufigen Stuhlgang hat. Wenn diesem letztern der Genuß aller festern, mehligern Speisen recht wohlbekommen, wenn er süße, wie gelinde Purgiermittel wirkende, sehr wäßrige, säuerliche Pflanzen und Obstspeisen schlecht vertragen wird, so kann im Gegentheil davon der mit der erstern Eigenheit begabte große Vortheil von diesem allen, von Vermeidung der entgegengesetzten ziehen. Wiederum ein Beweiß, wie der Begriff einer gesunden und ungesunden Speise von der Beschaffenheit des Körpers abhängt, dem sie gesund oder ungesund seyn soll.

XX.

Fortsetzung.

Die Menge der wäßrigen Feuchtigkeiten, die sich im Blute und in den Säften überhaupt befinden, würde leicht zu groß werden können. Es könnte der Nachtheil davon noch mit dem verbunden werden, den die salzigen und andere in den Körper durch genossene Nahrungsmittel hineingebrachten Stoffe dann haben müßten, wenn sie über die Gebühr zurückgehalten würden. In dieser Hinsicht ward dafür durch zweierlei Absonderungen gesorgt, einmal durch die unmerkliche oder merklichere Hautausdünstung, und dann durch die Urinausleerung. Ich spreche zuerst von der erstern.

Es wird gewiß manchem vielleicht unglaublich vorkommen, wenn er hört, daß diese den Tag über bei warmen Wetter wenigstens, leicht gegen fünf Pfund betragen kann. Und doch ist diese Behauptung nichts weniger, als übertrieben, im Gegentheil gründet sie sich auf unwiderlegliche Erfahrungen und Beobachtungen, und es erwächst daraus nur um desto mehr die Pflicht, darauf zu sehn, daß durch Unterdrückung deren nicht etwa die Summe der innern Lebensreize zu sehr vermehrt, die letztere nicht in der Art selbst ver-

ändert werden, während man auch im Gegentheil darauf sieht, sie nicht zu sehr zu vermehren und so in dem Körper die Reize selbst zu mindern, die mittelst der Säfte für ihn gebildet werden.

In dieser Hinsicht wird die Haut eines der wichtigsten Organe, einer der bedeutendsten Gegenstände für jeden, der Freund seiner Gesundheit, seiner Schönheit ist. Immer wird er sich bemühen, diese Ausdünstung in gehörigem Grade zu erhalten, darauf zu sehen, daß sie nicht eingeschränkt, noch weniger, daß sie, stark hervorgelockt, schnell unterdrückt werde. Ihm ist es bekannt, daß sich sehr leicht dadurch die bedeutendsten, nachtheiligsten Folgen erzeugen können. Entzündungen und heftige Schmerzen, Steifheit und wäßrige Geschwülste, dieß und so manches, wie er weiß, könnte darauf erfolgen, und dieß ist Grund genung für ihn, hier nicht so unvorsichtig sich zu betragen, wie er es an so manchem seiner Mitmenschen wahrnimmt.

In dieser Hinsicht wird er zuerst darauf sehen, in einer nicht feuchten Luft zu wohnen. Es hat diese den Nachtheil, daß sie, weit entfernt, den Ueberfluß von wäßrigen Dünsten, die aus dem Körper durch die Haut weggehen sollen, aufzunehmen, an diesen selbst einen

ungemein großen Theil abgiebt, und so mittel- und unmittelbar das Maaß vergrößert. Trockene sehr reizbare, mit wenig Flüssigkeiten versehene Körper, empfinden davon freilich nicht sogleich Beschwerden, desto mehr aber diejenigen, die keine solche Beschaffenheit haben. Im Durchschnitt ist dann auch immer kein Land ungesünder, als das eine solche Luft hat, keine Jahrzeit ungesünder, als die mit einer solchen Luft begabt ist. Die westindischen Inseln sind deswegen das Grab der Europäer und der Einwohner, die denn doch durch die Gewohnheit etwas geschützt werden. Der Herbst und das Frühjahr sind deswegen bei uns so schlimme, Krankheiten erzeugende Jahrszeiten, da sie meistentheils mit einer solchen Luft begleitet sind. Ist feuchte Luft vollends kalt zugleich, so ist das Uebel noch größer.

Man muß in seinem Zimmer daher immer darauf sehen, daß die Luft nicht feucht ist. Leider ist der Mensch hier oft in Verhältnissen, die ihn ungemein einschränken. Wer lehrte ihn, in großen Städten sich in dumpfen, feuchten Kellern einzusiedeln, die oft kaum einen Strahl der milden Sonne empfangen? Wer nöthigte ihn Handthierungen in engen Zimmern zu treiben, die ihn kaum in den weitesten unschädlich seyn würden? Gewiß hier sind Nachlässigkeiten, die ein

ein früher Tod oder ein ungesundes Leben nur zu oft bezahlen. Wer es nur immer kann, vermeide sie. Wer es nicht kann, sorge dafür, durch häufiges Räuchern mit balsamischen Dingen, z. B. mit Mastix, Wachholdern, Weihrauch und andern dergleichen Materien sich so zu schützen, als es nur immer möglich ist.

Indessen wenn die ganze Atmosphäre vielleicht solche nachtheilige Eigenschaften hat, so wäre es vergebens, sich darauf verlassen zu wollen. Gut ist es daher, daß wir wissen, wie sehr die Hautausdünstung immer auch von den übrigen Verhältnissen abhängig sey, welche bei dem menschlichen Körper Statt finden können. In dieser Hinsicht ist es zuerst nöthig, seine ganze Speiseordnung so in solcher Witterung, solchem Klima einzurichten, daß die Menge der festern Nahrungsmittel das Uebergewicht über die flüssigern davon tragen kann; um dadurch also die Feuchtigkeiten zu mindern, die sonst in den Körper kommen könnten, sich anhäufen müßten; daß man vorzüglich bei naßkalter Witterung darauf sehe, vorzüglich solche Dinge zu genießen, die dem mangelnden Reiz oder den vielmehr sehr verminderten Reiz der trocknern, wärmern Luft die Waage halten, und dadurch die Ausdünstung unterhalten können. Hierhin gehört der Genuß eines guten Glas Weins, oder

den mäßigen Gebrauch des Brantewеins, des Punsches, des starken Kaffees, der vorzüglich beim Niederlegen zu Bette sehr wohl bekommen wird, inwiefern da ihre Wirksamkeit noch ungemein durch den Wärmereiz unterstützt wird, welchen hier die Decke auf die Haut macht, unter welcher man schläft. Am Tage wird man sich stärker und anhaltender bewegen müssen. Zu keiner Zeit wird ein solches Verfahren mehr gegen Katarrh und Flüsse rc. schützen, als da.

Wenn indessen der Vernünftige immer auch darauf sieht, so wird er noch ungleich mehr Sorge tragen, das Werkzeug in gehörigem Zustande zu erhalten, durch welches diese Ausdünstung selbst von statten gehen muß, ich meyne die Haut. Da ist denn nun bei so manchem eine ungemeine Sorglosigkeit wahrzunehmen. Mit Bedauern sieht man, wie wenig Sorgfalt darauf verwendet wird, die Wege offen zu erhalten, durch welche sich die Natur einer so großen Menge unnützer, schädlicher Stoffe entledigen, und dagegen eine bedeutende Quantität nützlicher eintauschen will. Der alte Schmuz des vergangenen Jahres häuft sich zu dem des neu angetretenen. Seife und Wasser sind unerkannte Wohlthaten. Kaum vermag ein Waschen des Gesichts, der Aerme einen kleinen Theil der allgemeinen Schmuzmasse zu vernich-

ten; mit einem Worte, die Hautkultur, die nöthige Reinlichkeit in Bezug auf sie ist noch nicht so allgemein ausgebreitet unter uns, als es bei ganzen Nationen jetzt ist, und ehedem, als noch die Bäder, auch wirklich Bader waren, auch bei der unsrigen war. Wenn die Bemühungen eines Hufeland auch allenfalls in den höhern Ständen Früchte erzeugten, so fehlt es doch daran noch gar zu sehr in den niedern. Vergebens ist hier das Predigen, wo der guten Sache beständig so viel Schwierigkeiten im Wege stehen. Das ist gewiß, daß selbst die Obrigkeiten mancher Orte zu wenig für die Gesundheit des gemeinen Mannes thun. Statt öffentliche Badehäuser anzulegen, begünstigen sie kaum die von Privatpersonen, welche theils viel gewinnen wollen, theils müssen. Nicht einmal die Flußbäder sind so eingerichtet, daß Ertrinken, Berauben, Beleidigung der guten Sitten unmöglich gemacht wird. Große Städte mit unter gehen hier den andern kleinen mit bösem Beispeile voran. Wenn man sieht, wie kraftvoll Russen, Schweden, Norweger, Finnländer, Türken sind; wie sie von denselben nachtheiligen Einflüssen des Tabaks, Branteweins, Kaffees und dergleichen doch ungleich wenig leiden: wer wird denn nicht einsehen, wie groß der Vortheil ist, der diesen Nationen den Gebrauch ihrer Bäder schafft, die ihnen unentbehrliches Bedürfniß geworden sind.

Wir scheinen nur immer die Hottentotten, die fremden wilden Völker vor Augen zu haben, welche sich die Haut mit Mist, Erde, und wer weiß was sonst beschmieren, und dennoch gesund bleiben. Allein wir überlegen nicht, daß sich diese Wilden in einem Klima befinden, wo sie im Schweiß vielleicht zerfließen müßten, wenn sie nicht in so etwas dagegen Hülfe suchten. Gewiß ist es, daß in der Reinlichkeit der Haut das wirksamste Mittel zur Erhaltung der Gesundheit und zur Erreichung eines langen Lebens dient.

Man darf hier vorzüglich den Umstand nicht aus der Acht lassen. So gewiß es ist, daß der organische Körper hier keiner Menge Stoffe sich entäußert, welche ihm unnütz und selbst schädlich zu werden drohen, so nimmt er doch auch dagegen auf demselben Wege wiederum sehr viele brauchbare auf. Die Haut und die Lungen haben darinne eine ungemein große Aehnlichkeit. Ein Aufenthalt in einer reinen, milden, mit Sauerstoffgas recht gesättigter Luft thut darum nicht allein wohl, wenn wir sie einathmen, sondern auch, wenn wir sie durch die Haut einsaugen, die dazu dieselbe Fähigkeit hat, wie das schwammige Gewebe der Lunge. Daß Reinlichkeit nun auch dieses Einsaugen begünstige, bedarf keines Beweises. Auf

diese Fähigkeit gründete der erfinderische Franklin das Luftbad, d. h. er setzte seinen Körper einige Zeit der freien Luft nackend aus; eine Gewohnheit, die ihn nachher von mehrern mit gleich großem Vortheil absichtlich, von andern nicht absichtlich nachgeahmt worden ist.

Durch nichts wird diese Reinigung besser bewirkt, als durch das Baden und Waschen, und so entspringt daraus für jeden die Pflicht, sich diesen so einfachen und wirksamen Mittel so oft zu bedienen, als es seine Verhältnisse erlauben oder vielmehr erfordern. In der Hitze des Sommers sind die Flußbäder, zu jeder andern Zeit des Jahres die lauwarmen Bäder zu gebrauchen. Aeltere Personen, schwächliche, sehr reizbare dürfen gar keine andern gebrauchen, in ihnen aber finden sie auch ein Mittel, das ihnen durch Reinigung der Haut, durch den allgemein verbreiteten Reiz, und einige andere Umstände ungemein große Vortheile verschaffen wird.

Wer ein warmes Bad mit gehörigem Vortheil brauchen will, lasse es nur lauwarm seyn; der Reiz, den es macht, würde sonst zu groß seyn und dadurch schaden, daß er das Blut von den innern Theilen zu schnell und in zu bedeutender Menge nach den äußern lockt. Wenn schwächliche Personen, solche, die kein nur halb-

weges Mißverhältniß zwischen ihrer organischen Erregbarkeit und den auf sie einwirkenden Reizen ohne bedeutende Empfindungen dulden können, über Ohnmachten klagten, die ihnen das warme Bad zuzog, so war hier nicht das warme Bad an sich, sondern nur das zu warme schuld daran. Man muß sich ferner darauf einrichten, daß das Wasser in gleichem Wärmegrad verharre, oder dieser gegen das Ende des Bades eher zu als abgenommen habe. Außerdem würde man sich ungemein leicht erkälten können. Ueber eine Viertel- bis höchstens halbe Stunde darf man im Bade nicht bleiben. Der Trieb der Säfte nach der Haut möchte außerdem doch wohl zu sehr vermehrt werden können. Steigt man aus dem Bade heraus, so darf die Temperatur des Badezimmers nicht geringer seyn, als die des Bades war, um den Körper sanft frottiren zu können, und allmählich ihn zu bekleiden, ohne fürchten zu müssen, sich zu erkälten. Es ist im Sommer das Bad in Flüssen, wenn die Sonnenwärme es mehrere Tage lang recht erwärmen kann, oft so laulich, die Lufttemperatur oft so warm, daß dieses dann alle mögliche Wünsche und Bedingungen erfüllt, welche hier angegeben sind, und obendrein noch ungemein vortheilhaft dadurch für die Gesundheit zu seyn scheint, daß die Erwärmung auf eine Art Statt findet, welche mit der künstlichen gar

nicht in Vergleichung kann gesetzt werden. Wer zu furchtsam ist, sich zu solcher Zeit im Flusse zu baden, würde sehr wohl thun, wenn er sich seine Wanne voll Wasser, oder einen Backtrog voll so lange in die Sonnenstralen setzen ließe, bis sie vollkommen erwärmt und also gleichen Vortheil gewähren könnte.

Es ist indessen der Gebrauch des warmen Bades für manchen, der keine häusliche Bequemlichkeit, gehörige Bedienung u. dergl. hat, mit so viel Bemühung verknüpft, daß ihn nothwendig dieses abhalten muß. Solche Hindernisse treten vorzüglich bei dem weiblichen Geschlechte häufig ein. Diese müssen sich dann zu helfen suchen, so gut sie können. Und in dieser Hinsicht ist es denn nothwendig, sich im Sommer wenigstens jede Woche einmal, im Winter alle vierzehn Tage über den ganzen Körper gehörig mit lauem Wasser und Seife zu waschen.

Genung von diesem Mittel, die Ausdünstung so zu erhalten, wie es für das Wohlseyn erforderlich ist. Wir kommen in dieser Hinsicht auf eine andere Bedingung.

Es ist dafür unumgänglich nothwendig, unabgesehn auf andere Folgen, daß auf die Haut immerfort der belebende Reiz der Wärme einwirke, daß aber dieses weder in einem zu ho=

hen, noch in einem zu niedern Grade Statt findet. Die äußere Temperatur der Luft würde dieses Gesetz bald in der einen, bald in der andern Absicht beeinträchtigen. So ist es denn sehr gut, daß der Mensch seinen Körper in eine Kleidung hüllen kann, die auf der einen Seite heute, wenn es nöthig ist, den Körper Wärme geben, und morgen, wo es vielleicht kalt ist, gegen Wärme schützen kann.

Es ist gewiß, daß die Kleidung noch in anderer Hinsicht da ist. Indessen ich glaube, daß dieses doch eine vorzügliche Bedingung ist, die sie zu erfüllen hat, und also nicht ohne Grund das, was von ihr in einer Schrift, wie diese ist, gesagt zu werden verdient, hier zugleich mit vorgetragen werden kann.

XXI.

Fortsetzung.

Eine gute, dem Zweck, den sie erfüllen soll, in vollem Umfange angemessene Kleidung muß den Körper weder zu kalt noch zu warm halten, nicht drücken, nicht in seiner Schönheit verun-

stalten. In dieser Hinsicht darf sie ein für allemal nicht zu leicht seyn. Dem schönen Geschlechte kann man dieses jetzt nicht genung zurufen, da die Mode in Stoff, in Form sie auf eine oft ungemein nachtheilige Art verwöhnt. Ein französischer Arzt, Desessart, hatte in Paris Gelegenheit genung, die nachtheiligen Folgen davon zu bemerken, die sich namentlich das verflossene Jahr (1803) durch die furchtbare La grippe auszeichneten, aber auch außer uns nur zu sehr wütheten. Wie viel junge Personen, sagt er, und auch andere, denen das Alter und Erfahrung mehr Behutsamkeit empfehlen sollte, haben wir nicht von den Schmerzen eines allgemeinen Rhevmatism zerrissen gesehen, von Kopfweh, schneidenden Backenstechen und Blutspeien, von konvulsivischen Husten, erstickender Beklemmung, von Halsgeschwüren, die in Luftröhrenschwindsucht ausarteten, und mit Eiterung der Brust endigten, von unaufhörlich erneuten Koliken überfallen sehn. Dieser Anblick mußte um so niederschlagender seyn, da diese Leiden größtentheils verdiente Uebel waren. Schon hatte die Beschaffenheit der Atmosphäre durch ihre öftern Veränderungen sehr nachtheiligen Einfluß auf die der Erhaltung des Lebens wesentliche Ausleerung, auf die Ausdünstung. Durch welche unglückliche Verblendung haben denn die Frauen, insonderheit die, welche auf gleiche Herrschaft

über das eine und das andere Geschlecht Anspruch machen, sich mit der Atmosphäre zur Zerstörung ihrer Reize und dem Verluste ihrer Gesundheit verschworen, indem sie alle Gesetze mit Füßen treten, den Eindrücken der Kälte trotzen, eine Stärke, die ihrer Organisation und Erziehung nicht zukommt, affektiren, mit einem Worte, indem sie fast alle Kleider, womit sie vernünftiger Weise sich bedecken sollten, von ihrer Toilette verbannen? Ich überlasse es den Moralisten und Politikern, den Einfluß zu würdigen, den solche Aufführung auf das gesellschaftliche Glück haben kann; aber als Arzt wage ich zu behaupten, daß diese Mode ein boshafter Fallstrick ist, der dem schönen Geschlechte von seinem grausamsten Feinde gestellt worden. Wahrlich diese Lebensart, diese Kostüme der Nacktheit, welkt schleunig die frischen Reize; die Herrschaft der Schönheit schwindet, weil sie so sehr sich blos stellt, und weil sie verliert, indem sie das Verlangen schwächt, das stets vom Geheimniß geweckt wird. Die stärkste Gesundhei wird zerstört, vernichtet; schreckliche Krankheiten folgen dem Vergnügen des Augenblicks, das nur in der Befriedigung übel verstandener Eigenliebe bestehen kann. So vereinigen sich die Vorschriften der Diätetik mit denen des Wohlstandes gegen die übertriebene dünne Kleidung. So ist die überschleierte Nacktheit in unserm

Klima der Gesundheit und Schönheit nicht minder schädlich, als der Schaamhaftigkeit zuwider. — Mütter, kann euch dieß nicht bewegen, das grausame Joch solcher Moden abzuschütteln? Werdet ihr noch fortfahren, euren Töchtern ein verderbliches Beispiel zu geben, wenn ihr wißt, daß es euch tödlich ist? Und werdet ihr eine mörderische Nachsicht für die Wünsche ihrer Unerfahrnheit nicht sträflich finden?"

In unserm Klima gelten alle diese Warnungen noch vielmehr. Keines ist so unbeständig, als des unsers deutschen Vaterlandes. Wärme, Hitze, Kälte, Kühle wechseln hier oft in einem Tage ab, ja oft vertreiben sie sich einander in einer Stunde. Wer erinnert sich nicht des vergangenen Sommers (1803). Welche Hitze, welche unerträgliche Schwüle war oft des Mittags, des Nachmittags, und wie feuchtkalt der Abend, der Morgen? Kaum reichte eine mäßige Bewegung hin, sich vor dem Gefühl des Frostes selbst zu schützen. Wie häufig waren damals Katarrhen, Flüsse und dergl. Uebel; wie hartnäckig waren sie? Und warum? In sehr vielen Fällen gewiß aus keiner andern Ursache, als aus der Mode, die die Kleidung auf Othahitisches, nicht auf das deutsche Klima eingerichtet hatte. So lange unsere Damen den Busen so leicht bekleidet tragen, so lange wird, hier gar

nicht in Erwägung gebracht, was ihre Keuschheit und dergl. für Eintrag leidet, sie alle diese Gefahr um so mehr treffen, je zärtlicher ihr Körperbau ist.

Eine wollene Kleidung paßt für uns am besten, da sie alle die Bedingungen erfüllt, die wir an sie machen können. Kein Stoff läßt die äußere Hitze der Atmosphäre so langsam auf die Haut einwirken, als die Wolle. So erfüllt sie also die erste Erforderniß einer guten Kleidung, sie verhütet, daß der Wärmereiz weniger schnell und stark einwirke, als es seyn darf. Dagegen verhindert sie aber auch in sehr hohem Grade den entgegengesetzten Fehlern, die zu geringe Einwürkung des Wärmereizes; sie zieht einen größern Zufluß der Säfte nach der Haut, ohne die Ausdünstung, die so erregt wird, so zurückzuhalten, wie es z. B. das Pelzwerk thut, das zwar die erstere Wirkung, aber nicht die zweite hat, und daher so leicht zur Erkältung Gelegenheit geben kann, wenn eine solche pelzene Hülle plötzlich abgenommen und vielleicht gar, wie es bei Palatins, Handschuhen von Pelz der Fall ist, unmittelbar die Haut bedeckt.

Man hat, in England wenigstens, diese Vortheile soweit genießen wollen, daß man das wollene Zeug unmittelbar auf der Haut zu tragen, als allgemein heilsam angerathen hat. In

einem neblichten Klima, wie das dortige ist, könnte das auch wirklich der Fall seyn. Wenn man es dagegen auch unter uns zu einem solchen gemeinsamen Gebrauche machen wollte, so würde dies in der That nicht wohlgethan seyn. Leute von empfindlicher, schon verzärtelter Haut, deren Ausdünstung leicht stark erregt, aber auch leicht unterdrückt wird, werden eine solche wollene Bekleidung mit großem Vortheil tragen; da sie die ausgedünsteten Stoffe leicht durchgehen, nicht wie Leinewand in tropfenförmiger Gestalt, als Schweiß, als nasse, kalte Feuchtigkeit zurückbleiben läßt; Leute, die viel in nasser, feuchter, kalter Luft arbeiten müßen, werden in ihr einen nöthigen Ersatz für den nöthigen und doch hier mangelnden Reiz haben. Leute endlich, die ältlich, mithin also, wie wir unten sehen werden, weniger reizbar sind, werden sie, aus diesem Gesichtspunkte betrachtet, mit vielem Vortheile gebrauchen können, allein sie unter andern Umständen zu gebrauchen, ist durchaus nicht rathsam. Man schafft sich ein Bedürfniß mehr, indem man seine Haut an einen Reiz gewöhnt, dessen sie nachher nicht leicht wieder entbehren kann. Bei einem gesunden ist es ein für allemal ein zu starker Reiz, der auf die Haut gemacht wird. Muthwillig vergeudet er eine Menge Säfte, die ihm durch die stärkere Ausdünstung entzogen werden. Für den unbemittelten ist überdies jetzt der

Ankauf des Flanells, der dafür nöthig ist, so kostbar, daß er schon bedeutende Hindernisse und das um destomehr in den Weg legt, je öfterer eine Reinigung nöthig, eine Umwechselung erforderlich ist.

Vor zusehr mangelndem Wärmereize gesichert zu seyn — diesen Zweck der Kleidung findet man nirgends so sehr außer Augen gesetzt, als in der Verhüllung des ganzen unsern weiblichen Körpers. Vergebens hat sich dieses Geschlecht bemüht, den ersten Fehler den es hier beging, durch einen zweiten zu vernichten, den wir in einigen Augenblicken werden kennen lernen. Die Schenkel, die Schaamtheile, die Hüften sind bei ihnen stets dem Zugwege der kalten Luft ausgesetzt. Alles stimmt dahin sie zu überreden, gleich den Männern Beinkleider zu tragen, deren sie am Ende noch benöthigter wären, und dennoch thun sie es nur immer noch dem geringsten Theile nach.

Ich kann nicht unterlassen, hier das einzuschalten, was Herr Vogel darüber gesagt hat. Nach ihm würden wohleingerichtete Beinkleider bei Frauenzimmern den Nutzen haben, daß sie manche wollüstige Regungen zurückhielten. Frauenspersonen giebt das wechselseitige Berühren ihrer nakten Schenkel gegen einander, das Ueberschlagen derselben beim Sitzen, einen in der That

gefährlichen Reiz. Die Röcke veranlaßen ebenfalls eine öftere gegenseitige Berührung und das Schlagen erregt eine Art Kitzel. Die monatlichen Veränderungen machen eine Bekleidung dieser Art fast nothwendig. (Ich berufe mich auf das, was ich darüber in meiner Abhandlung: die monatliche Reinigung;)*) oder ebenso sehr die beschämenden Verlegenheiten, denen ein sittsames Frauenzimmer bei den unbedeutenden Zufällen ausgesetzt ist; bei jeder raschen Bewegung, jedem Sprunge beim Steigen die Treppe hinauf, bemerkt er mit Recht, muß sie ängstlich sorgen, keine unanständige Blöße zu geben. Er bemerkt ferner, daß durch diese sittsame Bedekkung auch der männlichen Begierde ein Zaum angelegt würde, die nicht so oft durch Entblößung und den ungehinderten Blick auf Gliedmaaßen, deren Decke sich bei so manchem Anlasse verschiebt, gereizt wird. Unverschämte Behandlungen oder Gewaltthätigkeiten könnten von Seiten ungesitteter Mannspersonen seltner versucht, am wenigsten ausgeführt werden, und müßten, wegen erschwerter Gelegenheit, in den meisten Fällen unterbleiben. —

*) Die monatliche Reinigung, oder wie hat sich das Weib und das Mädchen dabei zu verhalten, um gesund, schön ꝛc. zu bleiben. 1803.

Wie gut wäre es, wenn sich doch jede durch den einen oder den andern, oder durch alle diese Gründe bewegen ließe, im Sommer barchentne, im Winter flanellene Beinkleider und ein eben solches Brustjäckchen unter ihre Kattunen und Musselinkleidern trügen, denn von ihnen zu verlangen, auch im Sommer in tuchenen Röcken zu gehen, wäre wohl zuviel.

Was das zweite Erforderniß einer für ihren Zweck eingerichteten Kleidung anbetrifft, so ist hier Vermeidung jedes Druckes wohl das wichtigste. Gottlob, die Zeiten haben sich denn hier so zu unserm Vortheil geändert, daß da wenig zu erinnern übrig ist. Steife Kniegürtel und Leibgurten, steife Halsbinden, enge Beinkleider, selbst enge Schuhe, haben bequemern Formen Platz gemacht. Wo allenfalls noch aufzuräumen übrig ist, das wäre unter dem geringern Volkshaufen, vorzüglich beim weiblichen Geschlechte. Das Weib des Landmanns trägt noch immer die die menschliche schöne Figur so entstellenden auf einander gehäufeten Röcke. Diese Tracht, die sonst die allgemeine war, soll nach der Versicherung eines scharfsinnigen Gelehrten dem Norden eigen seyn.

Die Kleidung des Orients und Mittags, meint er, war immer so beschaffen, daß sie auf den Schultern ruhend und befestiget, von da längs dem

dem Körper herabfloß, und nur mittelst eines Gürtels entweder unterhalb dem Busen oder oberhalb den Hüften zusammengehalten wurde. Dagegen war die weibliche Kleidung in Norden immer in zwei Theile getheilt, der eine bedeckt den untern Theil des Körpers bis auf die Füße und befestigt sich über den Hüften; er heißt der Rock, der andere auf den Schultern befestigt, schmiegt sich, als Corset, Cantusche ꝛc. dicht dem Körper an, bis an den Rockbund, über den er nun selbst mehr oder weniger zurückfiel. Vorzüglich ist der Rock ein unterscheidendes Merkmal zwischen der in nördlichen und südlichen Gegenden gewöhnlichen Kleidung.

Die Weiber, welche ihren Rock oberhalb den Hüften befestigten, mußten ihn ein wenig zusammenziehen, damit er nicht sich losmache oder herunter falle. Die Kälte nöthigte sie, mehrere über einander zu ziehen, so erschienen nun ihre Hüften groß, sowohl durch die Zahl der Röcke, als durch die Dicke der Falten, die gegen den Rockbund hin entstehen. Der Contrast dieser Dicke mit der knappen Taille, die nun durch das anliegende Corset erzeugt wurde, machte wahrscheinlich die Idee rege, daß dieses recht schön sey, eine solche Taille zu haben; um diese nun noch mehr in die Augen fallend zu machen, suchte man den Contrast noch höher zu

treiben. So hat man denn nicht nur auf alle mögliche Art den Umfang der Hüften zu vergrößern gesucht, sondern auch den darüber liegenden Theil über Gebühr belästigt und eingeengt, und sie genöthigt, statt zuzunehmen nach unten zu sich in die Form eines umgekehrten Kegels zu schmiegen.

Soweit jener Mann. Er und ich werden weder durch Hinweisung auf das Entstellende, Unnatürliche dieser Tracht, noch durch Erinnerung des Gesundheitswidrigen diese Mode ganz verbannen. Die Unterröckchen werden selbst in den höhern Ständen in dem alten Werthe bleiben. Möchten sie es denn auch in Gottes Namen, könnte man nur jedes Frauenzimmer dahin bringen, einen leichtgewebten Sommerrock an das leinewandne Leibchen zu nähen, wie es wirklich in den Mittelklassen der Stadt hier und da der Fall ist; einen schwergewebten hingegen nicht mittelst eines Rockbundes, sondern eines Rockhebers, der dem männlicheu jetzt allgemein beliebten Hosenheber gleich käme, und seinen vortheilhaften Gebrauch auch hier bewähren würde.

Unter allen Nachtheilen, den Druck der Kleidungsstücke anbetreffend, ist nächst dem vorigen keiner so groß, als der, der aus dem Druck der Knie durch Kniebänder und Beinkleider ꝛc.,

des Halses durch Halsbinden entsteht, der erstern, in wiefern die Bewegung des Knies nächst der des Armes die gewöhnlichste, diejenige ist, welche am öftersten und am leichtesten im Durchschnitte Statt finden muß. Welche Gewalt müssen unter solchen Umständen die Sehnen, die Muskeln leiden, welche dazu beitragen! Was den Hals anbetrifft, so kommen hier vorzüglich die großen Blutgefäße in Anschlag, welche das Blut aus dem Kopfe nach dem Herzen zurückführen. Diese werden zu sehr zusammengedrückt, der Rückgang des Blutes erschwert, dieses selbst im Gehirne angehäuft; läßt man dazu noch etwa einen Umstand kommen, der es vorzüglich in dem Gehirne anhäufen läßt, z. B. Bücken, Sonnenhitze, starke Bewegung, was wird dann die Folge seyn? Ausgedehnte Blutgefäße im Gehirne, Druck dieser auf das letztere selbst, Reißen derselben, wenn diese Canäle nicht stark genug sind, der angehäuften Flüssigkeit noch Widerstand zu leisten, mit einem Worte, vom Kopfschmerze bis zum Schlagflusse kann hier die Folge Statt finden.

Da unter uns nicht leicht jemand seyn wird, der die Moden noch mitmacht, welche ehemals in dieser Hinsicht Statt fanden, so würde ich nicht davon so viel gesagt haben, wenn nicht noch ein ganzer Stand existirte, der in ganzen Ländern

Deutschlands jährlich so manchen seiner Mitglieder aus keiner andern Ursache verliert, als aus dieser. Es ist der Soldatenstand, den ich meyne. So lange ihn noch jene engen Camaschen und steifen Halsbinden bei seinem Marsche und seinen Uebungen quälen, so lange diese Schädlichkeiten noch mit so manchen andern vermehrt werden: so lange ist sein ohnehin bittres Schicksal noch bitterer gemacht.

Ueber die Form der Schuhe hab ich wenig zu erinnern. Es ist bekannt, daß sie es einst waren, von denen ein berühmter Arzt in Beyden, Camper, behauptete, sie wären Ursache, daß in Europa vielleicht kein Fuß gefunden würde, der ganz die von der Natur eigends bestimmte Form hätte; von denen derselbe in Bezug auf das weibliche Geschlecht behauptete, daß sie die Ursache von so mancher unglücklich oder schwer verlaufenden Geburtsarbeit wären. Jetzt hätte er dieses so uneingeschränkt zu behaupten keinesweges nöthig. Wohl giebt es noch Provinzen, welche ihre alten Hackenschuhe beibehalten haben, z. B. Wirtemberg, aber im Ganzen ist doch der Schuh jetzt ungleich mehr auf das Bedürfniß berechnet, das dadurch befriedigt werden soll, als sonst. Es kommt hier mehr auf das an, was daran etwa durch künftige Moden wieder verlohren gehen kann; es kommt nur

darauf an, daß jeder festhält an dem, was ihm jetzt Gutes durch die Mode gegeben war, und es sich nicht wiederum durch sie rauben läßt. Kinder sollten in dem ersten Jahre ihres Lebens wenigstens gar keine Lederschuhe tragen. Unreinlichkeit, die sie leiden, Druck, den sie auf den zarten ziemlich knorplichen Fuß machen, verbietet es gleich sehr, anderer geringfügigen Umstände nicht zu gedenken. Da ist die Mode recht hübsch, sie in warmen Wetter, vollends wenn sie von Natur oder durch Erziehung nicht zärtlich sind, barfuß, bei kühlem oder kaltem Wetter dagegen mit Flanell oder feinen Frießschuhen zu bekleiden. Sie drücken nicht, halten warm, sind nöthigenfalls bald zu vertauschen mit einem andern Paare, zu waschen und gegen lederne spottwohlfeil, denn ein Paar kostet höchstens drei Groschen, wenn man sie selbst macht. Arme Leute können sie von gebrauchtem Tuche, oder etwas ähnlichen fertigen und dann sind sie natürlich noch wohlfeiler.

Der weibliche Fuß hat bis jetzt durch die Schuhe am meisten gelitten. Die Sucht, einen kleinen, niedlich geformten Fuß zu haben, ist und war hier immer zu stark, um daran denken zu lassen, daß durch den Druck enger Schuhe nur verunstaltete Füße, nur solche erzeugt werden können, die höchstens reizend im Schuhe, höchst

schlecht unbekleidet sich ausnehmen können und durch ihre Form keinesweges die Schmerzen vergüten, die durch den Druck unmittelbar, mittelbar durch Hühneraugen, Nägelgeschwüre und ähnliche Fußübel erzeugt werden.

Ein Schuh, der den Fuß in keiner Lage, Stellung, Bewegung, drückt, d. h. gehörig weit ist, ein Schuh, der vollkommen den Fuß vor Nässe und Kälte und äußerer Verletzung schützt, das ist der beste und der einzige, den man tragen sollte. Was den Schutz gegen Nässe anbelangt, so kannte man vor wenig Jahren noch kein Material, das sich hier sehr empfahl. Seekalbleder war das einzige, das einige empfahlen, doch wurde eben kein Gebrauch davon gemacht. Das Bedürfniß ward indessen doch immer reger, wasserdichtes Geschüche zu haben, allgemeiner Wunsch. Man versuchte das Leder mit Firnissen und Ueberzügen mancher Art zu sichern, aber immer nur unvollkommen war der Zweck erreicht. Jetzt will ein Gerber die Erfindung gemacht haben, das rohe Leder selbst gleich so zuzubereiten und ein bekannter Oekonom hat ihn durch sein öffentlich gegebenes Zeugniß unterstützt. Wie weit es geht und ob es ist, wird nun bald die Zeit lehren. Gewiß ist es, daß jeder, der gegen Nässe und dergl. empfindlich ist, und doch sehr viel in derselben sich aufhalten

muß, darin ein unübertreffliches Mittel hat, sich zu sichern, das die bisher nöthigen gewesenen Haarsocken, wollenen Strümpfe rc., so wohlthätig sie auch sind, doch noch ungleich an dauerhafter Wirkung übertrifft.

XXII.

Fortsetzung.

Nach einem langen Umwege, der uns indessen einen besondern Weg erspart, welchen wir in der Folge deßwegen hätten machen müssen, kommen wir auf den Gegenstand zurück, von welchem hier die Rede ist.

Wenn sich der organische Körper durch die Haut einer ungemein großen Menge Stoffe entledigte, die eine zu große Anfüllung der Gefäße, Stockung in den zartern, und andere Uebel erregt hätte, die wiederum darauf wären gegründet worden, wenn man deßhalb darauf zu sehn hatte, diese Ausleerung immer so möglich zu machen, daß sie nicht in zu geringem Grade Statt fand, ohne deßhalb gerade sie zu sehr zu vermehren und den Körper mithin auch solcher Reize zu berauben, die seine innern Theile in Thätigkeit setzen:

so sehen wir noch eine andere Verrichtung derselben Art in den Urinwerkzeugen, d. h. in den Nieren, in der Harnblase, in der Harnröhre. Mit den wäßrigen Stoffen, mit denen, welche durch die Haut entfernt werden, vereinigen sich denn hier noch einige andere, salzige von besonderer Art, wie es scheint, *) und phosphorische. Wird daher durch einen Umstand die Kraft der Gefäße gelähmt, welche in den Nieren diese Ausscheidung des Schädlichen, Unbrauchbaren bewirken, bleiben diese Stoffe in dem Körper zurück: so sehen wir denn auch eine eben solche nachtheilige Wirkung erfolgen, wie bei der lang oder schnell unterdrückten Hautausdünstung: Wassersucht z. B. ist davon eine sehr gewöhnliche Folge. Wenn der Urin sich schon in der Harnblase angehäuft hat und nur auf die Ausleerung selbst wartet, welche der Mensch willkührlich verrichten kann: so kann und wird, wenn diese zu lange aufgeschoben wird, daraus ebenfalls ein gar nicht geringer Nachtheil entstehen. Die Harnblase wird endlich so weit ausgedehnt, daß sie entweder reißt oder ihre Zusammenziehungskraft ungefähr so verliert, wie ein elastischer Körper, elastischer Draht z. B. sich nicht wieder zusammenzieht, wenn er zu sehr angestrengt

---

*) Das eigentliche Harnsalz.

wurde. Im Urin sind eine Menge erdiger, kalkerdiger Theile immer so aufgelößt, daß sie endlich, wenn er lange in Ruhe ist, sich zu Boden neigen; dieses werden sie auch hier thun und so leicht Steine in der Harnblase, Gries, Sand erzeugen können. Mancher machte sich dadurch vielleicht zum Gegenstand der Erbarmung, daß er mit unverzeihlicher Nachläſſigkeit den Urin so oft und jedesmal so lange bei sich behielt, bis er ihn kaum noch halten konnte. Es kann diese Folge um so leichter Statt finden, da die so oft erwähnten in jedem Punkte des Körpers befindlichen einsaugenden Gefäße die flüſſigern noch mildern Theile des Urins wieder aufnehmen, mithin das Quantum dessen, was diese kalkigen Theile aufgelößt erhielt, vermindert und diese dadurch nun außer Verbindung gesetzt, mithin um so leichter den Gesetzen der Schwerkraft folgen werden. Diese Entfernung, diese Auffaugung des Flüſſigen vom Urin, das bis auf einen gewissen Grad Statt findet, hat auch noch eine andere Folge. Es wird nun die Wirkung der salzigen Theile um so bedeutender seyn müssen. Daraus wird sich ein ungemein heftiger Reiz für die Harnröhre, für den Uebergang der Harnblase in diese selbst erzeugen und so wird man nun sich es berechnen können, warum der fürchterlichste Krampf in diesem Theile, eine Verschließung dieses Canals

und so entstehende Harnverhaltung die Folge solcher Unvorsichtigkeiten seyn kann.

So bedeutend die Nachtheile sind, welche aus der gar nicht geschehenen oder zurückgehaltenen Harnausleerung entstehen: eben so gefährlich sind auch die, wo sie selbst übermäßig geschieht, wo die sogenannte Harnruhr eintritt, eine Krankheit, wo der Mensch seine Kräfte mittelst der Säfte so schnell und in so hohem Grade verliert, daß er gar bald ein Raub des Todes wird. Zum Glück ist das Uebel selbst sehr selten. Da man in seiner Heilung, in der Ausmittelung der Ursachen, die es erzeugen, in der Anwendung und Aufsuchung der hier nützlichen Heilmittel bis jetzt sehr unglücklich war: so ist dieses noch das beste, was man von diesem Uebel rühmen kann.

So kommen wir denn auf die letzte hierhergehörige Materie, auf die Saamenabsonderung. Unter allen Säften des menschlichen Körpers ist er der Quantität nach ohne Zweifel der geringste, denn klein und unansehnlich sind die zwei Bläschen, in denen er bis zu der Zeit aufbewahrt wird, wo er im Beischlaf ausgesprützt oder auf ähnliche Art verwendet, oder von den

einsaugenden Gefäßen wieder aufgenommen wird. Dagegen ist er der wichtigste in Betreff der Absichten, die die Natur mittelst seiner erreichen will.

Es ist zur Zeit der Mannbarkeit erst, daß diese bedeutende Feuchtigkeit abgesondert wird. Beim Knaben findet sich statt seiner nur ein schleimiger, nur geruchloser Saft. Diese Mannbarkeit kann künstlicher Weise früher dadurch erreicht werden, daß man Wärme, reizende und starknährende Nahrung, Reize, welche auf die Geschlechtstheile besonders einwirken, früher und in stärkerm Grade einwirken läßt, als es den Absichten der Natur gemäß ist. Dann ist der funfzehnjährige Knabe in der Hinsicht schon seinem Vater gleich. Indessen solche Eingriffe in die Bestimmung des Organismus thun nie gut und gemeiniglich werden sie mit früh eintretendem Alter, Kraftlosigkeit nnd zeitigem Tode auf eine Art bestraft, die nur zu späte Reue einflößt, dem Ausspruche eines Weisen gemäß: „Was frühe reift, fällt auch früh ab." Im funfzehnten Jahre fängt zwar die Absonderung des Saamens in den Hoden selbst an, die ist aber unbedeutend und immer soll das Abgesonderte auf dem Wege der einsaugenden Gefäße wieder ins Blut zurückkehren. So soll es die Entwickelung des Körpers im Jünglingsalter

begünstigen, die Eigenheiten dieses so da hervorbringen, wie es auf eine anders modificirte Art beim weiblichen Geschlechte der Fall ist. Wird diese abgesonderte Feuchtigkeit selbst ausgeleert: so hat es meistens die traurigsten angegebenen Folgen, über welche ich mich in einer andern Schrift verbreitet habe. *)

Im männlichen Alter ist zwar dieser Saft zur Ausleerung bestimmt. Wenn er sich in großer Menge angehäuft hat, dann macht er den Begattungstrieb rege. Allein dennoch darf dieser auch hier gewisse Schranken, die sich indessen nur durch individuelles Wohlbefinden aller übrigen Verrichtungen des Körpers bestimmen lassen, nicht übertreten, wenn nicht zunächst das Vermögen für die Befriedigung dieses Triebes selbst verlohreu gehen, und mit ihm dem ganzen Körper ein bedeutender Nachtheil zugezogen werden soll, inwiefern der wieder eingesogene Saame einer der feinsten und wichtigsten Reize für den belebten Organismus, für sein Kraftgefühl und Stärke seyn soll, inwiefern diese Einsaugung durch zu häufige Befriedigung dieses Triebes

---

*) Die Kunst, das Zeugungsvermögen beider Geschlechter zu erhalten und das verlohrne zu ersetzen. 2te Aufl. 1803.

verhindert, im Gegentheil die Absonderung über Gebühr vermehrt und so das Mißverhältniß um so mehr vergrößert wird, das im organischen Menschenkörper zwischen der ihm eigenen Reizempfänglichkeit oder Lebenskraft und den Reizen Statt finden muß, die die erstere in Thätigkeit setzen sollen und hier unter der Gestalt der Säfte circuliren.

Ich glaube, man hat aus diesen wenigen Zügen eingesehn, wie nothwendig der Saame auch in Bezug auf den Körper ist, indem er gebildet wird. Ich glaube, man hat eingesehn, daß es unumgänglich nothwendig ist, daß er statt ununterbrochen ausgeleert zu werden, ins Blut zurückgeführt werde. Indessen je bedeutender seine Wirksamkeit ist, je nachtheiliger die Wirkungen sind, welche Statt finden, wenn er nur immer, und immer verlohren geht, desto nachtheiliger werden auch die seyn können, wenn er ganz allein wieder für den Körper verwendet wird, indem er abgesondert war. Die Folgen der Enthaltsamkeit sind bisweilen so schrecklich, als die der Ausschweifung. Indessen darf man sie gewiß nur selten fürchten und meistens kann man sie leicht verhüten. Die Natur weiß sich meistens selbst vom Ueberfluß des Saamens zu befreien, in sofern er in den kleinen Behältern ist, die ihn aufbewahren; jedermann

kennt die unfreiwilligen sogenannten Saamenergießungen, durch welche sie den Menschen sichern zu wollen scheint, dem Schicksal, Stand und Wille die Befriedigung eines der mächtigsten Triebe versagt, und was die Wirkungen des wieder aufgenommenen anbelangt, so läßt sich durch eine wenig reizende und weniger nährende Diät gewöhnlich gar bald das Gleichgewicht wieder herstellen, welches dort aufgehoben werden möchte. Am meisten sind die Folgen solcher Art bei dem weiblichen Geschlechte vorzüglich dann zu befürchten, wenn sie an den Genuß einer Wonne schon gewöhnt sind, die ihnen nun plötzlich verboten wird. Wenigstens haben sie ungemein mehr Sorgfalt nöthig, sich dagegen zu sichern, als der Mann. Der Grund liegt in ihrer größern Reizbarkeit; ihre Lebenskraft wird von allem zu größerer Rückwirkung aufgefodert.

Wir nennen die Flüssigkeiten im menschlichen Körper innere Reize, d. h. Mittel, die festen Theile und folglich den ganzen Körper in Thätigkeit zu setzen, auf die sie, sey es nun mittelbar oder unmittelbar, einwirken. Die gemeinsame Quelle aller ist das Blut; dieses dem

Körper entziehen, heißt ihn auch des wichtigsten Mittels berauben, durch das sein Leben in Thätigkeit erhalten wird, heißt die übrigen mittelbar der Art und Menge nach vermindern, die daraus ihren Ursprung nehmen. Dagegen können auch die übrigen nicht ohne Nachtheil entzogen werden, und das um desto weniger, da sie zunächst die Bedingungen sind, durch welche der Theil in Thätigkeit erhalten und der Zweck, für den er da ist, bewirkt werden kann, in welchem sie sich befinden, und da kein Verlust im Einzelnen Statt findet, an dem nicht gar bald das Ganze Theil nehmen muß. Die Beweise für diese nur kurz gegebene Uebersicht sind in dem bisher Vorgetragenen wahrlich hinlänglich enthalten.

Merkwürdig ist das Gleichgewicht, das im organischen Körper da Statt findet, wo eine Ausleerung besonders vermehrt ist, die mit einer andern der Bestimmung und Art nach nahe verwandt ist. So z. B. ist es eine alltägliche Erfahrung: bei großer Wärme wird die Hautausdünstung um die Hälfte, wohl gar um zwei Dritttheile vermehrt, aber — es ist die des Harnes so vermindert, daß man oft kaum hier

soviel Lothe den Tag über fortgehen sieht, als sonst Pfunde Statt finden. Im Winter, wo der Wärmereiz ungemein unbedeutend ist, weiß sich die Natur durch das entgegengesetzte Verhältniß zu sichern. In Krankheiten zeigen sich dergleichen Erscheinungen auch in andern ähnlichen Fällen. So sieht man, daß die Galle mit der Hautausdünstung fortgeht und die Gelbsucht formirt, wenn ihr der Weg versperrt ist, auf dem sie eigentlich ausgeleert werden soll. Die Gesetze, nach welchen dieses erfolgt, sind zwar keineswegs so ganz bestimmt, noch weniger vermögen wir immer die Gründe zu entwickeln, nach welchen sie befolgt werden, allein das ist gewiß, daß dadurch das Wohlseyn des Menschen gegen unzählige Gefahren gesichert ist, die ihm sonst täglich drohen müßten; daß ihm so die Möglichkeit geöffnet wird, auch denn zu genesen, wenn er sonst nicht die mindeste Hoffnung hätte. Der Arzt, noch mehr aber der Laie in der Arzneikunst behauptete sonst immer — zum Theil auch wohl noch — die Natur wüßte sich oft selbst zu helfen. Versteht man es nur richtig, denkt man sich nur nicht die Natur des Menschen als einen überlegenden nach Zweck und Absicht handelnden Geist, so hat auch diese Bemerkung einen sehr richtigen Grund, inwiefern in der Organisation das Vermögen selbst liegt, aufgehobenes Gleichgewicht

in dem einen Organe oder Werkzeuge durch den Antheil wieder gut zu machen, den davon ein anderes zu nehmen im Stande ist.

XXIII.

Seelenreize.

Die letzte Klasse der Dinge, welche auf die Lebenskraft einen solchen Eindruck machen, daß diese davon in Thätigkeit gesetzt wird, entspringen aus dem, was die Entstehung der Vorstellungen, der Empfindungen, der Begierden, Wünsche und s. f. begründet, nenne man das nun Seele mit diesem, Gemüth mit jenem und noch anders mit einem dritten, und halte man es für eine besondere (geistige) Substanz oder nur für ein dem organischen Körper adhärirendes und mit ihm eben so gut werdendes, als einmal vergehendes Vermögen. Das ist von jeher anerkannt worden, das die Macht dieses Vermögens, das wir, da denn doch auf den Namen nicht mehr ankommt, als man will ankommen lassen, Seele nennen wollen, inwiefern diese Benennung jedem bekannt ist, daß die Macht dieser, sag ich, eben so groß ist in

Bezug auf den Körper oder das, was dessen Thätigkeit begründet, als sie im Gegentheil selbst in allen ihren Aeußerungen in ungemein hohem Grade von ihm abhängig ist. Es ist eine ausgemachte alltägliche Erfahrung, daß die bedeutendsten und schnellsten Veränderungen des Körpers oft nichts, als das Produkt einer Gemüthsveränderung sind. Wir müssen diese alle als Reize betrachten, die den Körper in Thätigkeit setzen; das können sie nun natürlich immer entweder in einem der Empfänglichkeit des Körpers dafür angemessenen Grade, und dann wirken sie nicht allein recht wohlthätig, sondern sind selbst als solche eben so gut unentbehrlich, als die Speisen und Getränke, Luft und Blut und alles, was wir haben kennen lernen. Allein natürlich ist dieses glückliche Gleichgewicht keinesweges immer. Im Gegentheil ereignet es sich sehr oft, daß die Thätigkeit des Geistes oft übermäßig, seine Einwirkung auf die Lebenskraft zu angreifend ist, dann sehen wir denn die fürchterlichsten Folgen — den Tod selbst hervorgehen. Wird die Thätigkeit des Geistes auf einmal unterbrochen und mithin dem Körper eine so große Summe bedeutender Reize auch auf einmal entzogen, so sehen wir denn andere, aber ebenfalls nicht weniger bedenkliche Folgen hervorgehen, die uns immer den Grundsatz bestätigen: das Mißverhältniß, zwischen dem, was den Körper

in Thätigkeit setzt, und dessen Kraft selbst, darf nicht gewisse Gränzen überschreiten, ohne daß nicht das Leben selbst die größte Gefahr laufen soll. Am meisten sind hier die sogenannten Leidenschaften zu befürchten. Starrsucht, Epilepsie war nicht selten die Folge eines heftigen Schreckens. Schlagfluß, Convulsionen, nicht selten die des Zornes; Kinder wurden oft die Beute des Todes, wenn sie die Milch der erzürnten Amme oder Mutter tranken. Ein Italiäner war in der stärksten Wuth, ohne sie doch an seinem Feinde auslassen zu können; er raste gegen sich selbst, biß sich in den Finger und starb wasserscheu, als ob er von einem wüthenden Hunde wäre gebissen worden. Es ist keine Anstrengung der Körperkräfte möglich, die nicht durch solche Leidenschaften möglich wäre. Wenn Feuer, Feuer in die Ohren schallt, dann sah man Weiber Lasten schleppen, die sie vorher nicht von der Stelle hätten bewegen können. Wenn Liebe, Hoffnung die Kräfte beseelen, dann sahe man sie furchtsame Klippen übersteigen, die sie sonst nicht anzuschauen Muth gehabt hätten. Dagegen war aber, wo die Furcht ihr Panier aufschlägt, auch der von ihr Umfangene nicht vermögend, den Boden zu verlassen, der ihn wie angefesselt hielt; dagegen schwinden Kräfte und Farbe, und Gesundheit, wo Gram und Sehnsucht die Thätigkeit der Seele vermindern und so die des Körpers

nicht oder doch viel zu wenig in Thätigkeit setzen.

Wir sehen schon, alle Leidenschaften lassen sich auf zwei Arten zurückbringen. Einige zeigen die Seele und dadurch auch den Körper im exaltirten Zustande. Zorn, mit dem ihm untergeordneten Verdruß, Aerger, Liebe (verbunden mit Hoffnung!) Freude, Hoffnung, Schrecken unter gewissen Umständen, gehören hierher. Sind sie nicht in zu hohem Grade, bedarf vielleicht der Körper eines durchdringenden Reizes, so wirken sie ungemein wohlthätig. Eine Geliebte des Califen Al-Raschid hatte sich, ausgesetzt der Zugluft bei großer Hitze, eine heftige Steifheit und Unbeweglichkeit des Armes zugezogen. Vergebens war alle Hülfe schon dagegen versucht worden, als ein Griechischer Arzt sich erbot, sie zu heilen, wenn man ihm das Mittel nicht verargte, dessen er sich bedienen wollte. In Gegenwart einer großen Menge Hofbeamten eilte er auf die sich dieses nicht vermuthende Dame zu und machte Anstalt, ihr ganzes Gewand aufzuheben. Scham und Zorn waren mächtig genung, ihr den Gebrauch des steifen Armes zu verschaffen, die Entblößung ihrer geheimsten Schönheiten zu verhindern. Es wäre unnöthig, ähnliche wohlthätige Folgen von solchen Leidenschaften zu erzählen, die gerade

dann eintraten, wenn für den Körper ein durchdringender Reiz auch ein wohlthätiger war. Allein wirkten sie freilich in einem zu hohen — dann veranlaßten sie augenblicklich oft den Tod oder doch einen andern ähnlichen Zustand, Ohnmacht z. B. und da hat man Beispiele, daß Freude oft eben so gut eine Quelle des Todes war, als der heftigste Aerger.

Wenn jene Leidenschaften die Seele und auch dadurch den Körper in Thätigkeit setzten, so ist bei einigen andern das Gegentheil da, und sie schaden entweder plötzlich oder allmählig auf eine andere, aber oft noch bedeutendere Art. Es gehört hierher die Furcht, Traurigkeit, Gram, Mißmuth, Kummer, Sorgen u. s. f. Es ist entsetzlich, wie sie, zum Theil schnell, zum Theil langsam, je nachdem sie in minderm oder höherm Grade einwirken, die Blume des Lebens an der Wurzel benagen, und sie oft unwiderbringlich welken machen. Langsam rollt beim Gram, bei sehnsuchtsvoller, und nicht zu befriedigender Liebe, das Blut in den Adern, es welkt die Kraft dahin, die von einer so großen Summe von Reizen nicht in Thätigkeit gesetzt ist, die Farbe der Wangen bleicht sich und das Feuer der Augen verlöscht. Wohl dem, der solchen Schlingen entfliehen kann, die so an eignem Fleische nagen; wohl dem, dessen Stirn

nur immer geglättet von der Freude, und ein Sinnbild der zufriednen Seelenruhe, des Frohsinns ist, der in seinem stillen Herzen wohnt, den keine Sorge trübt, weil ein mildes Schicksal seinen Weg bewacht, oder eine stille Ergebung in den Willen der Vorsehung ihn zu einem Ertrage der Drangsale geschickt macht, die auf ihn eintreffen. Es ist für die Erhaltung der Gesundheit fast bei jedem unentbehrlich, daß sein Geist nicht oft von Stürmen umhergetrieben werde, die jeden Sinn in Aufruhr, und den letzten Blutstropfen in Wallung bringen. Wenn auch im einzelnen, wenn auch unter besondern Umständen dergleichen wohlthätig werden kann, so ist es doch keinesweges im Allgemeinen, und so heilsam die Thätigkeit ist, in welche der Geist des Körpers Kraft versetzt, insofern sie nicht gewisse Schranken überschreitet, so nachtheilig wird sie bei Verletzung dieser Bedingung. Wie der Mensch es anfangen müsse, ruhig zu werden, ist schwerer zu thun, als zu sagen. Wer verwahrlost in der Jugend, reizbaren Gemüths und reizbaren Körpers ist, wird mit Ueberwindung seiner Leidenschaften, der Gefühle, welche diese begründen, so viele Mühe haben, daß zehnmal sein Verstand mit diesen davon laufen wird, ehe es ihn einmal glücken wird, sie zu überwinden. Wohl wahr, sagt Consbruch,

Verfasser eines diätetischen Taschenbuchs *): „Die eigentlichen Mittel, alle diese traurigen Folgen der Gemüthsbewegungen zu verhüten, liegen in einer vernünftigen Moral, wodurch der Mensch schon in früher Jugend gewöhnt wird, die Welt und alle Verhältnisse, worin er mit derselben und mit andern Menschen steht, aus dem richtigen Gesichtspunkte anzusehen, nichts zu fürchten und nicht zu viel zu hoffen, sondern mit Gleichmuth und Festigkeit dem anerkannten Guten nachzustreben, die Tugend um ihrer selbst zu lieben und alles leicht zu entbehren, dessen Genuß uns das Schicksal und die Umstände versagen."

Daraus entsteht dann eine ruhige, heitere und glückliche Gemüthsstimmung voll sanfter Freuden und erhebender Hoffnungen, die uns durch alle Widerwärtigkeiten des Lebens glücklich hindurch führt, an welcher alle giftige Pfeile des Neides, der Bosheit und der Versuchung zerschellen und die uns selbst die härtesten körperlichen Leiden mit Geduld und Resignation ertragen lehrt. Eine solche immer gleiche Gemüthsstimmung ist das größte Geschenk des Himmels und das wichtigste Mittel

---

*) S. 285.

zur Erhaltung der Gesundheit und zur Verlängerung des Lebens. Alle Thätigkeiten des Körpers und der Seele bleiben dabei in einem unverrückten Gange und Ebenmaaße, und wenn sie ja einmal durch unvermeidliche Zufälle gestört werden, so kommen sie doch gewöhnlich leicht durch die mannigfaltigen in uns selbst liegenden Naturkräfte wieder in ihr gehöriges Gleiße.

Wir sehen hier nur auf das Verhältniß, das die Thätigkeit der Seele zu der des Körpers hat, insofern diese dadurch aufgeregt werden soll, und zwar, insofern jene auf Gefühlen und daraus entspringenden Begierden beruht. Indessen unser Geist hat auch das Vermögen, sich Vorstellungen und Begriffe von Aussendingen zu erwerben; er denkt mit einem Worte, und dieses Denken ist eine andere Thätigkeit, in der er sich zeigt, und folglich auch auf den Körper einwirksam seyn kann. In einem nicht zu lange dauernden und nicht zu bedeutenden Grade schadet dieses dem Körper nun durchaus gar nicht, im Gegentheil wird es für ihn ein wohlthätiger Reiz, allein im zu heftigen läßt es Folgen entstehen, die wir weiter unten werden kennen lernen, da sie jetzt wegen noch nicht auseinander gesetzten hier zum Verständnisse unentbehrlicher Vorbegriffe leicht undeutlich bleiben könnten.

XXIV.

Zu heftige Reize.

Wir sahen bis jetzt in allen diesen Untersuchungen, daß unser Körper nur im Zustande des Lebens beharren kann, insofern auf die Kraft, die den Erscheinungen, welche wir an ihm wahrnehmen, eine Menge Dinge einwirken, die wir Reize nannten, inwiefern sie eben diese seine Kraft zur Thätigkeit reizten. Daraus konnten wir nun schon gelegentlich auch mit abnehmen, daß der Grad der Wirksamkeit der Lebenskraft bestimmt werde durch den Grad derjenigen, oder des Reizes, durch den sie in Thätigkeit versetzt wurde. Ich hatte schon verschiedenemal Gelegenheit, meine Leser zu warnen, die Wärme z. B. nicht zu sehr auf sich einwirken zu lassen, sich vor zu heftigen Leidenschaften zu hüten. Ich eile jetzt, sie genauer mit den Folgen bekannt zu machen, die daraus entspringen, wenn sie sich nicht vor solchen Einwirkungen zu sichern wissen.

Wir haben die vorzüglichsten, bekanntesten Reize, die auf unsern Körper in größerer oder geringerer Zahl einwirken, ziemlich genau erörtert, unnöthig wäre es, uns hier wiederum bei allen aufzuhalten, und die Folgen ihrer zu hefti-

gen Einwirkung zu erörtern. Einige Beispiele sind schon im vorigen beiläufig gegeben worden, auf die ich mich nur beziehen darf. Dieß ist schon z. B. bei den zu heftigen Leidenschaften der Fall gewesen. Aber man sehe sich ferner um, um in jeder Klasse der übrigen Reize es bestätigt zu finden. Jene reizenden Nahrungsmittel und Getränke, Wein, berauschendes Bier, Brantewein, Gewürze, wie oft und wie leicht bringen sie nicht Entzündung des Magens, Erstarrung des ganzen Körpers, Schlagfluß, Tod hervor? Wenn das Licht in zu heftigem Grade auf die Augen eintrifft, verblendet es diese selbst. Ein zu heftiger Knall macht den Menschen taub; die Wärme in zu hohem Grade, bringt sie nicht Sonnenstich, Kopfweh, die furchtbarste Ermattung und Verschmachten selbst hervor, wie so mancher französischer Krieger in der egyptischen Wüste erfuhr? Verderben zu sehr nährende Speisen, viel Eier, Chokolade, z. B. und dergl. nicht unwiederbringlich oft den besten Magen? Eine zu reine Gebirgsluft, eine mit zu vielem Sauerstoff vermischte Luft — kann sie nicht das heftigste Entzündungsfieber erregen? Man wende seinen Blick wohin man will, überall wird man finden, daß, wenn ein oder mehrere Reize zu sehr auf die Lebenskraft einwirken, so ist der Körper in Gefahr, sein Leben einzubüßen, oder seine Gesundheit in einem höhern oder niedern Grade, in

Bezug auf einen einzelnen Theil oder auf sein Ganzes zu verlieren.

„Ja, hör ich da manchen sagen, wie kommt es nun aber, ich befinde mich schon nach einem Glase Wein äußerst übel, habe Zittern, Wallung; mein Nachbar trinkt allemal eine Bouteille und befindet sich wohl dabei,“ Ich bin so matt und erschöpft, wenn ich in der Sommerhitze nur ein wenig mich bewege, und auf dem Felde da die Arbeiter sind in ihr noch thätig.“

Dergleichen Einwendungen wird jeder machen können. Das beruht auf zwei Gründen; den einen will ich gleich hier entwickeln.

Ein Mensch ist reizbarer, leichter ist s e i n e Lebenskraft in Thätigkeit zu setzen, als die eines andern. Da kann denn nun sehr natürlich manches für ihn erschöpfend werden, was bei dem andern kaum hinreichend ist, ihn ein wenig in Athem zu setzen. Es kann sich von dieser Wahrheit jeder alle Tage überzeugen, und da darf nun also keiner, dem seine Gesundheit lieb ist, fragen, in welcher Menge würde dieser Wein, in welchem Grade wird die Wärme überhaupt für alle Menschen ein zu heftiger Reiz seyn, sondern wann wird jener oder diese es für mich, für meine Empfänglichkeit dafür seyn? Dieses letztere muß er

sich nun durch die Erfahrungen bestimmen lernen, die er selbst anzustellen täglich Gelegenheit findet.

Im Allgemeinen hat ein zu heftiger Reiz zweierlei Folgen. Entweder er vernichtet in dem Moment seiner allmählig oder auf einmal erfolgenden Wirkung die Lebenskraft ganz und gar. Da nun diese das Leben begründet, ohne sie dieses gar nicht gedacht werden kann, so hebt er also zugleich dieses selbst auf, und er verursacht mit einem Worte den — Tod. So sehen wir so manchen Brantweinsäufer todt niederstürzen, so wird der Mensch vom Bliz getödtet, ohne vielleicht das mindeste Zeichen einer Verwundung an sich zu haben; so tödtet der heftigste Zorn. Wirkte er nur auf einen einzelnen Theil ein, so vernichtet er vielleicht die Reizempfänglichkeit dieses, und so sehen wir, wie ein zu helles Licht das Auge oft auf immer erblinden macht, wie der Mensch das Gehör verliert rc.

Indessen ein Reiz kann ja immer zu heftig einwirken, ohne doch gerade selbst die Kraft vernichten zu können, auf die er einwirkte, dann hebt er nur ihre Wirkungen für einige Zeit auf. So wird der Mensch, der recht vielen, zu vielen Wein trank, für einige Stunden, wohl einen ganzen Tag, in einen todtenähnlichen Zustand sinken; so wird einer, den der Bliz traf, viel-

leicht als scheintodt niederfallen, aber allmählich wieder zum Leben gebracht werden können. Das Auge kann von zu heftigem Lichtreize geblendet werden, ohne deßhalb die Kraft des Sehens für immer zu verlieren.

Wenn ein Reiz zu heftig seyn kann, so ergiebt sich daraus schon von selbst, daß es auch sehr heftige geben muß. Diese werden nun das Leben, und selbst die Gesundheit unter gewissen Umständen an sich nicht gefährden. Wir können leicht einsehen, daß die Rückwirkung der Lebenskraft hier verhältnißmäßig sehr stark seyn muß, das thut aber an sich nichts zur Sache, vielleicht kann es sogar für den Augenblick großen Vortheil haben. Das ist z. B. der Fall, wenn sich der Mensch, der immer ein einförmiges, stilles Leben führt, dem Rausch der gesellschaftlichen Freude, dem Genusse des Weines überläßt, und so sich zu Unternehmungen fähig fühlt, die er sonst nie würde gewagt haben. Das ist der Fall, wenn Liebe, Patriotismus, Freundschaft zu Handlungen begeistert, die außerdem der Körper zu tragen nicht vermögend wäre. Indessen, wenn die Einwirkung solcher Reize oft wiederholt wird, so entsteht daraus die Folge, daß die Lebenskraft

nur dann die nöthigen Rückwirkungen wahrnehmen läßt, wenn solche Statt fanden. Daraus ergiebt sich die Nothwendigkeit, daß man in der häufigen Einwirkung solcher Reize ja vorsichtig sey, sich nicht muthwillig Bedürfnisse schaffe, die man nachher nicht missen kann, ohne vielleicht Gefahr befürchten zu müssen, oder die größte Sorgfalt zu übernehmen. Da sieht man nun, wie unglücklich man ist, wenn man sich daran gewöhnte, mit dem Genusse des Brantweins, des Weines, den Tag anzufangen. Wie zittert nicht jener Tagelöhner; wie bebt seine Lippe, wie ist er so ganz unvermögend, seine Axt zu führen, weil ihm das Brantweinfläschchen noch nicht Kräfte gab. Giebt unser Wohnzimmer fast nicht überall des Morgens einen ähnlichen Anblick? Wie viel Weiber und auch wohl Männer giebt es, die im Stande sind, ihre Geschäfte zu beginnen, wenn nicht der Kaffee erst ihren Magen, und von da aus ihr Blut erwärmt, ihre Lebenskraft in Thätigkeit gesetzt hat? Wie viel Menschen giebt es, die ohne den Genuß des Weines, des Brantweins keine Mahlzeit verdauen können? die keinen Stuhlgang haben, wenn ihn nicht eine Purganz, ein Klystier hervor brachte? So ist es mit Gewürzen, mit dem Tabak, mit der ganzen Reihe der erkünstelten und an sich doch entbehrlichen Bedürfnisse, die der kultivirte Mensch sich geschaffen hat.

Der so sich bereitete Nachtheil wird vorzüglich noch dadurch vergrößert, daß man endlich gezwungen wird, solche heftige Reize entweder der Beschaffenheit oder der Menge nach zu erhöhen, weil sie sonst den Körper nicht so mehr in Thätigkeit setzen, wie es im Anfange ihres Gebrauchs der Fall war. Das ist eben, was Menschen, die sich dem Genusse hitziger Getränke ergeben haben, nicht selten zu den unglücklichsten macht. Aus Trinkern werden sie nachher nur gar zu leicht Säufer; aus ihrem Glase wird am Ende nur gar zu leicht ein Kännchen. Mancher, der Anfangs Wein trank, mußte ihn, weil er die ihm zum Bedürfniß nöthige immer größer werdende Menge nicht bezahlen konnte, mit Brantwein vertauschen. Wenn man den Menschen zuruft, sich so einfach, als es seyn kann, zu behelfen, und vorzüglich diese Regel für das kindliche Alter als wichtig aufstellt, wer sieht unter solchen Umständen nicht das Nothwendige, das Heilsame dieses Rathes ein? Zufriedenheit, Wohlseyn und Gesundheit hängt davon einem so großen Theile nach ab, daß wohl jeder ihr eine größere Aufmerksamkeit schuldig wäre, als es gewöhnlich der Fall zu seyn pflegt.

XXV.

Gewohnheit.

Wir sahen, wie der Mensch sich endlich von Reizen nur wenig in Thätigkeit gesetzt fühlt, von denen es der andere recht sehr wird, daß hier alles nur auf öftere Wiederholung desselben Grades ankommt, um es in diesem Grade immer gar bald nicht mehr wahrnehmen zu lassen. Hier kommen wir denn auf einen Gegenstand, der für die Gesundheit des Menschen zu wichtig ist, und nicht davon bei dieser Gelegenheit das Nöthige einzuschalten. Es ist

die Gewohnheit.

Ich habe schon verschiedenemal Gelegenheit gehabt, auf das hier davon zu Erörternde hinzuweisen, und ich kann daher nicht anders, ich muß etwas weitläuftig seyn. Die Gewohnheit ist entweder von der Art, daß wir uns bei diesen oder jenen Eindrücken recht wohl befinden, die einen daran nicht Gewöhnten, wer weiß, welche Leiden und Schmerzen schaffen würde; sie bezieht sich mit andern Worten auf die Dinge, gegen welche sich der Mensch leidend verhält; oder sie ist von der Art, daß sie uns Fähigkeit giebt, Dinge zu thun, Bewegungen auszuhalten, zu machen, deren bloßer Anblick andere,

die nicht daran gewöhnt sind, in Erstaunen setzt. Dann bezieht sie sich auf Dinge, wo der Mensch thätig ist. Von dieser Art rede ich hier nicht, sondern nur von der erstern, und so sehen wir denn, wie sich so manches, was vorhin ist gesagt worden, durch diese Ansicht erhellen läßt. Der Tabak ist der Lebenskraft jedes ein viel zu heftiger Reiz, aber so viele Menschen haben sich daran gewöhnt, und nun können sie ihn oft nie wieder entbehren. Was davon gilt, läßt sich von fast allen den künstlichen Bedürfnissen des Menschen sagen. Einfache und wenig zubereitete Kost ist und war die Nahrung des nicht verwöhnten Menschen. Aber behagt sie unserm Gaume? Vermag sie unserer thierischen Oekonomie wohl zu bekommen? Wir sind an die reizenden Saucen, an die den Geschmack kitzelnden gewürzhaften Bereitungsarten so gewöhnt, daß wir ihrer nun gar nicht, oder doch nur sehr unvollkommen entbehren können.

Wir fanden in der Gewohnheit bis jetzt nur ein Mittel, manche entbehrliche, an sich keinesweges heilsam einwirkende, endlich als unschädlich, als nöthig sogar ansehen zu lernen, und so war sie wirklich nun gar nicht allzu empfehlungswerth. Indessen, es ist nicht zu leugnen, hier haben wir auch den schirmenden Schild gegen eine Menge Nachtheile, die uns Verhält=

nisse auflegen, deren Einwirkung uns der Zufall, oder die Nothwendigkeit Preis giebt. Der Europäer verschmachtet in der Hitze einer afrikanischen Wüste, und der Neger, der dortige Innwohner ist der fröhlichste, heiterste Mensch auf des lieben Gottes Erdboden, denn er ist an die sengenden Strahlen der Sonne dort von Jugend auf gewöhnt, und empfindet sie daher nicht so arg vielleicht, als wir bei einem recht heißen Augusttag. Dasselbe gilt von der furchtbaren Kälte eines andern Landes. Dasselbe gilt von den einzelnen Menschen unter uns. Welche üble, an sich der Gesundheit gar nicht zuträgliche Dünste, müssen nicht manche Professionisten, manche Arbeiter aushalten. Man sieht sie wenig oder gar nicht daran leiden, weil die Gewohnheit sie schützt. Sogar Dinge, die zunächst bedeutenden Nachtheil, Gefahr drohten, und im Körper selbst gegründet sind, krankhafte Beschwerden können durch diese Vermittelung nicht allein einen großen Theil ihrer Unschädlichkeit verlieren, sondern auch sogar ebenfalls unentbehrlich werden. Wie manchem wurde nicht allmählig ein Hämorrhoidalfluß ein unentbehrliches Sicherungsmittel seiner Gesundheit. Wie manchem ward nicht ein Geschwür am Fuße u. s. f. dasselbe? Gewohnheit ist, um es kurz zu fassen, eine Zauberin, die Schädliches nützlich werden läßt, den Menschen gegen Dinge schützt,

die seinem Leben gar bald ein Ende machen, schnell seine Gesundheit untergraben würden. Wenn sie nicht wäre, so würde es ungleich schwerer für jeden seyn, auf dieser Erde, umringt von tausend Einflüssen, die Nothwendigkeit, Klima, Vorurtheil, Alter, Geschlecht u. s. f. — eben so gut heilsam, als schädlich machen können, so lange ein frohes Daseyn genießen zu können, als es dem Menschen gegeben ist. Es kommt hier nur darauf an, daß der Mensch an solche Eindrücke allmählig gewöhnt werde, daß man seine Natur nicht gewaltsam nöthige, sich Eindrücken Preis zu geben, die ihr zuerst sehr fremdartig, gewaltsam seyn müssen, gesetzt, daß sie sie auch allmählig als ganz unschädlich vertragen, als Bedürfniß heischen kann.

XXVI.

Zu schwache Reize.

Wir sahen, welche Nachtheile der Gesundheit erwuchsen, wie sehr das Leben gefährdet werden konnte, wenn der belebte Körper Eindrücken ausgesetzt wurde, die auf ihn zu heftig wirkten; wir sahen, welche Nachtheile es hatte, wenn hier

nur immer sehr heftige thätig waren, gesetzt, daß man sie auch nicht als zu heftig gerade ansehen konnte. Jetzt kommen wir auf den entgegengesetzten Fehler, auf den, wo die belebende Kraft durch zu wenig Reize, durch zu wenige Eindrücke zur Thätigkeit veranlaßt wird, es sey nun im Einzelnen oder in Bezug auf den ganzen Körper gedacht. Diese Thätigkeit der Lebenskraft ist denn nun natürlich auch nur sehr schwach und unvollkommen, und das hat denn oft nun eine Menge Folgen, die sich mit ungemein vieler Mühe wieder aufheben lassen. Wie fahl sieht jener Mann aus, wie ist sein Körper so aufgedunsen, sein Auge so matt, seine Haut so schmutzig gelb, sein Unterleib so hart, und wie viel Beschwerden scheinen ihn jeden Augenblick aufs Krankenlager werfen zu wollen! Woher kommt es? Eine feuchte, verdorbene, mit unreinen Dünsten angefüllte Stubenluft giebt seinem Blute in viel zu geringer Menge den Bestandtheil ab, der ein so unumgänglich nothwendiger Reiz für die Maschine, für alle Blutgefäße namentlich ist. Schlechte Nahrung hilft diesen Mangel auf der einen Seite, noch mehr auf der andern vergrößern. Gram und Sorgen nagen noch mehr an seiner Gesundheit, denn sein Handwerk schützt ihn bei der angestrengtesten Thätigkeit kaum vor dem Hunger.

Ist es lange, daß auf die Maschine nur solche schwache Reize einwirkten, so gehört sehr viel Vorsicht dazu, stärkere einwirken zu lassen, denn die Lebenskraft wird am Ende dahin gebracht, nur mäßig starke als ungemein starke zu erwiedern, und starke werden und müssen dann nur gar zu leicht für sie zu heftige werden. Je unerwarteter solchen Menschen eine frohe Nachricht zu Theil wird, desto größer ist ihre Freude, ihre Bestürzung, sie kann nun selbst mit dem Verlust des Lebens enden, wie es jener Erbin des berühmten Philosophen Leibnitz ging, die arm und in bedrängten Umständen lebend auf einmal in den Besitz der unermeßlichen Reichthümer kam. Je weniger sie an Reize gewöhnt sind, wie Wein, gewürzhafte nährende Speisen, desto leichter können sie die bedeutendsten Folgen eines Genusses solcher Dinge vertragen, wenn er ihnen im hohen Grade oder schnell zu Theil wird. Wer von solchen Dingen sich nicht überzeugen kann, der erinnere sich nur eines sehr alltäglichen Beispiels. Wie wenig Wärme bedarf es, uns zu erquicken, wenn wir recht lange der Kälte ausgesetzt waren? Wie leicht laufen wir Gefahr, sinnlos niederzustürzen, oder ein Glied zu erfrieren, wenn wir aus großer Kälte schnell in große Hitze kommen? Woher kommt das eine und das andere? Die Kälte ist so gut noch Wärme, wie diese selbst, die

uns in der Stube trifft, es ist nur dort ein ungemein niedriger Grad dieses Reizes auf uns wirksam gewesen, und hier ist es ein so verhältmäßig hoher; unsere Lebenskraft war durch den vorher Statt findenden sehr geringen Grad in den Stand gesetzt worden, desto heftiger von einem stärkern affizirt zu werden. Die Wärme des Zimmers wäre unter andern Umständen vielleicht nichts weniger als zu stark gewesen, aber sie war aus diesem angegebenen Grunde, und daher nur solche schreckliche Folge, wie das Erfrieren einzelner Glieder im Winter bei dem unvorsichtigen Nähern derselben dem Ofen; daher die Entzündungen der Lunge, und anderer Theile, die nirgends so häufig sind, als im recht kalten Winter, weil hier solche schnelle Wechsel des Reizes am meisten Statt finden, die nun freilich noch obendrein durch Trockenheit der Luft bedeutend unterstützt werden. Es gründen sich auf diese angeführte Bemerkung eine Menge Vorsichtsregeln, die bei Pflege und Heilung von Kranken, die es aus der Ursache wurden, daß die Lebenskraft ihres Körpers in jeder Hinsicht zu wenig gereizt wurde, bei Reconvalescenten nicht sorgfältig genung beobachtet werden können.

Es ist eine bekannte Erfahrung, daß man des Morgens reizbarer ist, als den übrigen Theil des Tages. Der Wein berauscht nie so leicht,

als da; das Auge wird vom Lichte, wenn wir aufstehen, geblendet, das es nachher ohne alle Anstrengung verträgt. Ueberall sehen wir da, daß jeder Reiz auf unsern Körper einen stärkern Eindruck macht. Es hat sich vielleicht schon mancher über diese Erscheinung gewundert, die er an seinem eigenen Körper angestellt hat; allein sie ist aus dem angegebenen Grundsatze sogleich erklärbar. Wer sieht nicht ein, wie gering die Zahl der Reize, wie schwach diese selbst sind, die auf unsere Lebenskraft in der Nacht einwirken. Der Lichtreiz mangelt völlig; kein Wunder, daß die Augen so empfindlich dagegen sind, wenn der erste Strahl der Morgensonne sie wieder trifft. Der Reiz der Nahrungsmittel fehlt dem größten Theile nach. Durch die stärkere Hautausdünstung und Harnausleerung ist die Quantität der flüssigen innern Reize auch um etwas vermindert worden. Vorausgesetzt, daß keine Träume den Schlaf beunruhigten, so fehlte auch die Einwirkung aller Seelenreize. Ist es da wohl ein Wunder, daß nun mit dem wiederkehrenden Tag die Empfänglichkeit, die so lange geruht hatte, stärker ist, wenn sie wieder ihre Einwirkung beginnen?

Es giebt eine Menge Menschen, die sich an sich recht wohl befinden. Man sieht es ihnen an, sie gleichen den Pflanzen, die im Gewächshause erzogen, keinen zu starken Sonnenblick und kein

rauhes Lüftchen vertragen können. Aber sie befinden sich bei einer einfachen, äußerst mäßigen in engen Gränzen beschränkten Lebensart wenigstens leidlich, nur dürfen sie von ihrer Lebensart um kein Haar breit abweichen; kein Glas Wein mehr trinken, als sie zu trinken gewohnt sind; keine Stunde länger ausdauern, als es sonst ihr Fall ist; keinen Bissen mehr, kein fremdes Gericht genießen, als was sonst in ihrer Speiseordnung eingeführt ist. Man nennt solche Menschen zärtlich. Ihre Lebenskraft ist nur gewöhnt, von wenigen und schwachen Reizen in Thätigkeit gesetzt zu werden. Jeder neue, jeder alte in ungewohnten, etwas vermehrtem Grade, affizirt sie viel zu heftig und stürmt mit einer Macht auf sie ein, die ihr schwaches Gebäude erzittern, und sie mit dem Gefühl und den Zufällen der Krankheit kämpfen läßt. Die Ursache dieser Erscheinung ist ganz dieselbe, die wir bei den vorigen wahrnehmen.

Wenn auf die Lebenskraft gar keine oder allzuschwache Reize eine Zeitlang einwirkten, so geräth der Mensch in Gefahr, daß sie gar nicht wieder in Thätigkeit gebracht werden kann. Darauf gründet sich das Sterben derjenigen, die der Kälte in hohem Grade Preis gegeben werden; darauf gründet sich der Tod derjenigen, die in eine Luft versetzt werden, welche gar keinen

Sauerstoff hält. Wenn der Mensch seinen Tod darinne findet, daß auf ihn zuviel Reize thätig sind, so kann es eben so gut auf diesem geschehn. Das eine ist also so gefährlich, als das andere.

Ich erwähnte hier noch einige andere Bedingungen, um dann einige allgemeine Resultate zu liefern, welche aus dem bisher gesagten ohne Mühe sich ergeben dürften.

Daß eine Kraft im Körper ist, die wir mit dem Namen Lebenskraft belegen, das nehmen wir mittelst der Wirkungen wahr, die in den einzelnen Werkzeugen des Körpers vorgehen, wenn sie selbst war in Thätigkeit gesetzt worden. Jeder Reiz, durch den dieses geschehen, wirkte zunächst auf ein einzelnes Organ oder Werkzeug. Allein diese Wirkung verbreitet sich von da aus über alle andere Werkzeuge, so daß sich die Wirkung immer und von einem Punkte auf den andern fortverbreitet. Wenn wir z. B. ein Glas Wein zu uns nehmen, eine kräftige Suppe genießen, so ist es freilich zunächst der Magen, der davon Einwirkung erfährt; allein wie lange dauert es, so nimmt der ganze Körper daran Antheil, so treibt das Herz, vorausgesetzt, daß es eine hinreichende

Menge war, das Blut stärkern und raschern Schlags in den Adern herum, die Gefühle werden froher, die Wünsche und Begierden reger, die Seele thätiger. Der Verhungerte fühlt sich erquickt. Ja schon der Genuß selbst stärkt ihn, wenn der Löffel Suppe seinen trockenen Gaum erst labt.

Allein so gewiß ist es, daß der zunächst örtlichen Einwirkung eines Reizes gar bald eine allgemein verbreitete nachfolgt, so gewiß ist es auch, daß, wenn man einem Werkzeuge die Reize entzieht, die ihm zukommen, dieses ebenfalls gar bald einen allgemeinen verhältnißmäßigen Verlust für den übrigen Körper nach sich zieht. Daraus eben lassen sich die Nachtheile erklären, die wir wahrnehmen, wenn ein Durchfall dem Darmkanal die Säfte entzieht, die hier eingewohnt sind. Gar bald gesellen sich zu den Folgen dieses Verlustes mehrere im ganzen Körper wahrnehmbare. Es zeigt sich eine Empfindlichkeit, wie wir das immer dann wahrnehmen, wenn dem Körper Reize von bedeutender Art lange nicht zu Theil wurden. Als die Rede davon war, dem Körper nicht über Gebühr einen der aus dem Blute ausgesonderten und abgesonderten Säfte zu entziehen, da haben wir dieses Gesetz der Sache nach so durchzugehen Gelegenheit gehabt, daß wir uns jetzt in der That der fernern Auseinandersetzung überheben können.

XXVII.

Wie besteht Gesundheit? Wie entstehen Krankheiten? ꝛc.

Wenden wir einige prüfende Blicke auf das vorhergehende Alles, suchen wir daraus einige allgemeine Grundsätze über die Erhaltung des Lebens, der Gesundheit, der Entfernung des Todes, der Krankheit zu abstrahiren; so ergiebt sich denn:

Der organische Körper und also auch der des Menschen ist von einer ihm eignen Kraft in den Stand gesetzt, durch die Einwirkung einer Menge Dinge, die auf ihn einwirken, als lebendes, mit Bewegung, Empfindung, ꝛc. begabtes Wesen zu erscheinen. Wirken diese Dinge, die theils außerhalb, theils innerhalb seines Körpers enthalten sind, in einem Grade ein, der der Kraft selbst angemessen, nicht zu stark, aber auch nicht zu schwach ist, so befindet sich der Mensch gesund; allein wenn sie zu stark einwirken, so wird dadurch eine zu starke Entgegenwirkung der Lebenskraft rege gemacht und dauert das längere oder kürzere Zeit fort, so wird die Gesundheit auf eine doppelte Art gefährdet, einmal, in sofern die Lebenskraft in den Stand ge-

setzt wird, wieder noch für diesen oder für andere Reize empfänglich zu seyn und dann insofern das oder die Werkzeuge dabei leiden können, durch welche die Einwirkung des Reizes auf sie, durch welche die Rückwirkung der Lebenskraft auf die Reize geschah. Hieraus ergiebt sich denn für jeden Freund seiner Gesundheit die erste Pflicht, dafür, so sehr es in seinen Kräften steht, zu sorgen, daß er seine Lebenskraft durch Reize nicht zu sehr anstrenge, nicht in einem höhern Grade aufrege, als sie es zu vertragen und seine Werkzeuge auszuhalten vermögend sind. Bei jedem Menschen ist darin ein großer Unterschied; jeder muß darinn also sein eigner Lehrer seyn. Der Landmann ist daran gewöhnt, von starken, kräftigen Reizen nicht mehr in Thätigkeit gesetzt zu werden, als der Städter von sehr schwachen. Der sengende Strahl der Sonne verursacht ihm nicht, wie diesem, Kopfweh, darum, daß sie ihn etwa zu sehr reize, wie es hier der Fall seyn würde; er ist schon daran gewöhnt: sein Magen erfodert eine grobe, stark nährende Nahrung, wenn er sich wohlbefinden und der ganze Körper wohlbefinden soll. Sein Nervensystem verträgt starke Erschütterungen von Leidenschaften, tumultuarisch müssen sich bei ihm Freude und dergl. Gefühle zeigen, wenn sie ihn in Thätigkeit setzen sollen. Wollte er sich ängstlich vor allen solchen

Dingen hüten, so wäre er ein Thor, da der Begriff der starken, heftigen Einwirkungen solcher äußern Verhältnisse nicht an sich bestimmt ist, sondern durch den Körper bestimmt wird, auf den sie Statt finden, und wenn er seit Jahren her keiner andern gewöhnt ist, so werden sie ihm nicht nur unschädlich, sondern auch sogar unentbehrlich seyn.

Dagegen kann nun auch Krankheit auf dem entgegengesetzten Wege, so gut wie der Tod, verursacht werden, dann nämlich, wenn anhaltend zu schwache Reize die Lebenskraft in Thätigkeit setzten. Der Mensch wird sich also auch vor diesem Abwege zu sichern suchen müssen. Auch hier aber darf er nicht zu ängstlich seyn. Wer an eine einfache Lebensweise ist gewöhnt worden, wer entfernt von alle den Genüssen blieb, die Luxus, Mode, verderbter Zeitgeschmack erschuf, der kann bei einer Nahrung stark und gesund bleiben, die durch Menge und Beschaffenheit einem andern als zu wenig reizend nachtheilig seyn würde. Wie mancher Einsiedler lebte nicht Jahre lang von Brot und Wasser, ein wenig Obst und Milch? Wie mancher Tagelöhner muß sich nicht eben so kümmerlich behelfen? Manches arme Mädchen weis ebenfalls bei ihrem Spinnrocken keine andere Nahrung als Salz und Brot, vielleicht gar

bisweilen mit einer Thräne des Kummers befeuchtet, und dennoch blüht ihre Wange frisch und ihre Gesundheit ist besser, als die des Schwelgers, der mehr ißt und besser ißt, als ihm nöthig wäre. Die gütige Natur setzte uns einem großen Theile nach in den Stand, über uns selbst hier zu wachen. Wir dürfen uns nur gewöhnen, nicht mehr einwirken zu lassen, auf uns thätig seyn zu lassen, als wir immer zu besitzen hoffen können und haben dann nicht leicht zu fürchten, auf diese Art an unserer Gesundheit Schaden zu leiden. Wer an keinen Kaffee des Morgens, sondern nur an ein Glas frischen Quellwassers gewöhnt ist, wird auch nie über Nüchternheit, Leere, Schleim und andere solche Wirkungen des zu wenig gereizten Magens klagen dürfen, wenn er sich seinen Kaffee aus Noth versagen muß. Wer des Mittags nur immer bei einem einfachen Gemüse, höchstens mit etwas Fleisch verbunden, sich immer zu begnügen weis, wird nie klagen dürfen, seine Lebenskraft werde zu wenig gereizt, inwiefern ihm der Wein, der Braten abgeht, der auf eines andern Tische prunkt. Mehrere unentbehrliche Reize sind uns so immer so gegeben, daß ihre Anwendung auch in der Gewalt des Aermsten steht. Hierhin gehört frische Luft, Frohsinn, und Heiterkeit der Seele.

Wenn wir unter den gemeinen Leuten vorzüglich eine Menge Krankheiten wahrnehmen, welche alle davon herrühren, daß die Lebenskraft bei ihnen nicht hinlänglich war in Thätigkeit gesetzt worden, so rührt es erstens sehr oft davon her, daß sie in dem Genusse der erstern viel, viel zu nachläßig sind und auf die Erhaltung des zweiten zu wenig denken. Frische gesunde Luft kann sich jeder Mensch, seltne ungünstige allgemeine Luftbeschaffenheiten abgerechnet, immer schaffen. Luftzug in seiner Wohnung, Vermeidung und Entfernung dessen, was sie verderben kann, soviel wie möglich aus dem Zimmer, Räuchern mit Essig nach oben angegebenen Arten, mit Wachholderbeeren sind Mittel, die in jedes Anwendung gegeben sind. Die Erhaltung des Frohsinns, der Heiterkeit ist freilich unter einzelnen Umständen schwerer zu erhalten. Wenn Unglück, Krankheit, Noth aller Art mit spärlichem Einkommen, häuslicher Zwietracht, Ungehorsam der Kinder, bösen Nachbarn, sich vereinigen, dann kann auch wohl der Muth des gegen Trübsale Gewafnetesten schwanken und sinken.

Eine zweite Ursache der vielen Krankheiten von zu schwacher Erregung, von zu schwach einwirkenden Reizen, ist der Umstand, daß sich so viele Menschen einem hohen Grade geraume

Zeit aussetzen und nachher nun von solchen Außendingen zu schwach affizirt werden, die es sonst nicht würden gethan haben. Das ist natürlich; wer sich gewöhnte, gut zu essen, Wein, Brantewein u. s. f. zu trinken, immer seines Lebens froh zu seyn, der muß sehr übel daran seyn, wenn nun ein Umstand das alles anders macht, ihn statt des Weines Wasser trinken, statt des Bratens trocken Brot zu essen nöthigt, ihn mit Kummer und Sorgen erfüllt.

Eine dritte Ursache von Krankheiten, die aus dieser Ursache entstanden sind, rührt auch mit daher, daß viele Leute, auf deren Körper wenig und schwache Reize einwirken, muthwillig oder gezwungen ihrem Körper selbst noch von diesen wenigen eine große Summe entziehn und nun ein solches Mißverhältniß begründen. So z. B. kann ein Mann bei ganz einfacher vegetabilischen Nahrung, trotz vieler anstrengenden Arbeit, allenfalls noch recht gesund und froh bleiben. Allein wie wird es werden, wenn er durch Abführmittel, die ihn der Aberglaube, das Vorurtheil nehmen läßt, durch Aderlässe die Summe seiner innern Lebensreize noch um ein großes vermindert? Ist es dann ein Wunder, wenn er sich eine schwer oder gar nicht heilbare Wassersucht zuzieht? Oder wie wird es mit einem Weibe werden, die unter denselben Umstän-

ständen vielleicht Jahr für Jahr hinter einander ein Kind hat und theils durch den Blutverlust und Säfteverlust im Kindbette, theils durch das Säugen auf dieselbe Art geschwächt wird?

XXVIII.

Fortsetzung.

Alle Krankheiten, in die also der Mensch verfallen kann, so wie der Tod selbst rührt also zunächst aus zweierlei Ursachen her, entweder aus

zu vieler Lebensthätigkeit, aus zu stark in Thätigkeit gesetzte Lebenskraft, oder

aus zu weniger.

In der ersten Classe nehmen wir immer, wie sehr natürlich, die Spuren vermehrter Kraftäußerung wahr. Die Pulse klopfen heftig, die Augen sind mit einem stärkern Feuer begabt u. s. f. So nennt man sie denn auch sehr richtig solche, in welchen zuviel Stärke Statt findet.

Dahingegen zeigt sich gerade in den Krankheiten, welche aus der entgegengesetzten Ursache ihren Ursprung nehmen, meistens das Gegentheil. Der Körper ist mager, oder doch nur von Fett oder wäßrigen Feuchtigkeiten aufgedunsen, seine Gesichtsfarbe, wenn nicht etwa die Beschaffenheit seines Baues eine Ausnahme begründet, meist blaß, das Auge ohne Feuer; alle seine Adern klopfen schwach, matt und kraftlos. Solche Krankheiten nennt man denn Krankheiten, entstanden aus Schwäche, und dieser alte Begriff, den man ehemals oft sehr undeutlich, sehr dunkel auffaßte, kann denn noch recht gut beibehalten werden, wenn wir nur hübsch dabei an die schwach oder zu schwach in Thätigkeit gesetzte Lebenskraft denken.

Indessen wir hatten schon Gelegenheit, zu bemerken, daß, wenn die Lebenskraft anhaltend durch zu schwache Reize war in Thätigkeit gesetzt worden: so hat man nachher Gelegenheit zu beobachten, wie sie an sich nicht sehr starke Reize als sehr starke erwiederte, je mehr das erstere der Fall gewesen war, desto leichter tritt denn nun das letztere ein. Das kann denn nun wiederum sehr leicht Krankheiten zur Folge haben und diese werden mit jenen, die von wahrer Lebensstärke entstanden sind, soviel Aehnlichkeit in der Forme haben, daß nur das Aufspüren

der Ursache, die sie begründet, einen Irrthum in der Heilung verhindern kann, welcher ehemals von den Aerzten hier unzähligemal selbst ist begangen worden, bis sie in den neuesten Zeiten über das Wesen der Krankheiten genauere Begriffe festzusetzen Gelegenheit hatten. Man könnte solche Krankheiten die von scheinbarer Stärke nennen.

Indessen die Thätigkeit der Lebenskraft offenbart sich durch die mannigfaltigen Werkzeuge, welche den Körper zusammen setzen. Wenn also ihre Thätigkeit zu sehr, oder zu wenig erregt wurde und so die Krankheit entstehen ließ, so können wir dieses nur dadurch wahrnehmen, daß wir eine veränderte Wirkung, eine abgeänderte Thätigkeit in den Werkzeugen selbst wahrnehmen. Nun geschieht die Einwirkung der Lebenskraft, wie wir schon wissen, meistentheils durch ein Organ oder doch durch mehrere, und von da aus verbreitet sie sich nun mehr oder weniger auf die damit verwandten. Eben so ist es denn auch mit der Rückwirkung der Lebenskraft beschaffen. Hieraus fließen die so ganz von einander verschiedenen Krankheitsformen, die zunächst doch alle in einer Ursache gegründet sind, daß bisweilen bei zwei verschiedenen Menschen dieselbe Krankheitsform aus Schwäche bei dem einen, aus Stärke bei dem

andern seyn kann. Zwei Menschen z. B. leiden an der Lungenentzündung. Der eine war ein rascher thätiger Mann, er aß gut und verdaute gut; Wein und gutes Bier machte sein tägliches Getränk. Sorgen und Kummer hatte er nicht. So erzeugte sich ein Ueberfluß von Säften, die hinreichend waren, ihn in eine Krankheit von Stärke fallen zu machen, sobald sich nur eine etwas bedeutende Gelegenheit finden würde. Diese fand sich bei einem Gastmale, wo er über den Freuden der Tafel ganz der Mäßigkeit vergaß, durch Wein, und dergl. noch mehr die Summe seiner Lebensreize vergrößerte und nun eine Entzündung veranlaßte. Daß es gerade eine Lungenentzündung ward, daß sich die Krankheit nicht bloß auf ein allgemeines Entzündungsfieber beschränkte, rührte einmal von der Beschaffenheit der Lungen her, die unter allen Theilen des Körpers die gefäßreichsten und diejenigen sind, in welchen der Blutumlauf die bedeutendsten Fortschritte macht und Veränderungen erleidet; es rührt davon her, daß außer den vielen gemeinsten auf die Lebenskraft einwirkenden Reizen auch noch insbesondere eine ungemeine Anstrengung Statt fand, die er sich bei vielen Singen und Sprechen im Taumel der Freude zu Schulden kommen ließ. Bei demselben Gastmale zog sich noch ein anderer Mensch dieselbe Krankheit zu, bei dem ganz das

entgegengesetzte Verhältniß zwischen seiner Lebenskraft und den dieselbe in Thätigkeit setzenden Reizen Statt fand, der bei spärlicher Nahrung ehe zu wenig, als zu viel Säfte erzeugen und die erzeugten durch mancherlei Mittel und Wege, durch Schlaflosigkeit und dergl. sich vermindern sahe, der statt der Freude Traurigkeit, statt des Frohsinns Trübsinn, statt der Heiterkeit düstern Kummer sich nur werden sahe. Wie kommt es denn nun, daß dieser mit dem vorigen in dieselbe Krankheit mit denselben Erscheinungen fällt, so daß ein Unkundiger sie als aus gleichen Ursachen entsprossen ansehen mußte? Daher, daß die Reize der Tafel für ihn verhältnißmäßig viel zu stark und das um so mehr waren, jemehr ihr bisheriger Mangel dazu beigetragen hatte, die Lebenskraft für sie recht erregbar zu machen, und so den Anschein der Stärke aller Lebensverrichtungen entstehen zu lassen, wo das Wesen derselben fehlt.

Alle Krankheiten bilden sich, wie wir auf diese Art sahen, zunächst durch die zu große oder zu geringe Thätigkeit der Lebenskraft und ihre Form hängt ab von den Werkzeugen, welche in einem gegebenen Falle dazu dienten, daß die Lebenskraft zur Thätigkeit aufgefodert wurde oder daß sie in ihnen thätig war. Darum leidet denn nun dieser Mensch gerade an Magenübeln,

und jener an Gehirnfehlern; bei diesen sind vorzüglich die Lungen nicht recht für die Verrichtungen brauchbar, und bei jenen gerathen die Ausdünstungen leicht in Unordnung. Das macht, der eine verdarb sich seinen Darmkanal durch Abführmittel, Brechmittel; indeß er seinen ganzen Körper schwächte, traf dieses Schicksal zunächst den Magen. Der andere ist ein Gelehrter, er denkt oft und anhaltend, strengt also die Organe vorzüglich an, welche dem Menschen dazu gegeben sind, d. h. das Gehirn und die Nerven, so leidet er denn zunächst eher an Kopfweh, an ähnlichen Uebeln, als an einem andern. Der dritte ist genöthigt, oft und anhaltend zu sprechen, zu singen, ein Instrument zu blasen, so wird seine Lunge vorzüglich angestrengt; kein Wunder, daß er vorzüglich mit Krankheiten dieser zu kämpfen hat. Der vierte endlich ist durch Aufenthalt in nasser Luft vorzüglich in dem Falle, daß seine Haut zu wenig gereizt wird, und daher seine Noth mit Flüssen und dergl. Das Werkzeug des ganzen Körpers, durch welches dessen Lebenskraft zunächst zu wenig oder zuviel in Lebensthätigkeit gesetzt wurde, wird im Durchschnitte bei dem allgemeinen Leiden des Körpers am meisten leiden und leicht kann es sogar der Fall werden, daß es allein leidet, wenn nämlich die ihnen zukommende Fähigkeit, in Thätigkeit gesetzt zu werden, vermöge seiner ihm eignen

Struktur, leicht in hohem Grade kann zu sehr oder zu wenig in Thätigkeit gesetzt werden, ohne daß sich diese Wirkung in einem hinreichend hohen Grade auf den ganzen übrigen Körper fortpflanzt. Ein Beispiel wird das deutlich machen. Das Gehirn ist ein sehr reizbares und vermöge seiner Struktur, die schwammig und nachgebend ist, ungemein dazu geeignetes Organ, stärker in Thätigkeit gesetzt zu werden, als es mit dem Wohlbefinden vereinbar ist. Wenn ich nun jetzt sehr nachdenke, so kann dieses leicht ein zu starker Reiz für das Organ werden, ohne daß er es für den ganzen Körper wird, ohne daß es wenigstens ein bemerkbarer Reiz wird, und so kann ich denn nun an einem theils durch den Reiz selbst, theils durch den dadurch verursachten Zufluß von Blut entstandenen Kopfweh leiden. Auf dieselbe Art kann sich ein Schnupfen erzeugen, ein Fluß oder sogenannter Rheumatismus bilden. Es heißen solche Uebel alsdann örtlich. Man sieht leicht ein, daß sich dieser Begriff nie etwa sehr bestimmt feststellen läßt. Wir wissen es schon, daß ein Mensch reizbarer, d. h. daß seine Lebenskraft leichter in Thätigkeit kann gesetzt werden, als die eines andern, daß sie also auch leichter an allen den kleinen Unordnungen Theil nehmen kann, die in den einzelnen Werkzeugen vorfallen, in deren Bezug sie thätig seyn kann.

Daher kommt es denn, daß manches zärtliche Weib keinen Kopfschmerz ohne ein ziemliches Fieber nahen sieht, daß mancher Stubenhüter jeden Schnupfen und jeden Husten mit einem gelinden oder starken Fieber verknüpft sieht, daß dagegen bei manchem beträchtliches Leiden eines einzelnen Organs Statt finden kann, ohne daß er darum in einem Merkmale des Leidens der übrigen damit verbunden wahrnehmen läßt. Ich sahe im vorigen Sommer einen Mann drei Tage an einem ungemein schmerzhaften Zahngeschwür leiden, wobei der Kinnbackenknochen mit angegriffen war, und der dennoch nicht die geringste Spur eines Fiebers hatte. Ich glaube, daß man nun schon von selbst wird einsehen können, was eine allgemeine Krankheit ist, nachdem wir den Begriff der örtlichen festzustellen suchten.

Die Form der Krankheit wird indessen nicht allein immer durch das Werkzeug oder durch die Entgegenwirkung der Lebenskraft bestimmt, bisweilen hängt sie auch von der Natur des Reizes selbst ab. Wir lernten an einem andern Orte, daß diese Reize bald chemische, bald mechanische ꝛc. wären. So läßt sich denn auch die Wirkung, die sie erzeugen, nicht selten daher bestimmen. So z. B. können alle die mechanischen Reize, diejenigen, welche durch Druck,

Stoß, Schneiden und dergl. wirken, eine Menge Krankheitsformen veranlassen. Es bilden sich zunächst ebenfalls hieraus örtliche Krankheiten; Wunden z. B. seyen es nun geschnittene, gequetschte, vom Schießen entstandene, Beinbrüche, u. s. f. sind alles Folgen eines solchen zu starken einwirkenden mechanischen Reizes und anfangs stellen sie allemal ein örtliches Uebel nur vor, das aber freilich nicht selten geschwind in ein allgemeines Leiden übergeht. Krankheitsformen von chemischen Reizen, solche, die eine Entmischung oder Vermischung der Säfte des Körpers mit andern und dadurch auch andere Wirkungen hervorbringen, sind schwerer zu erkennen, zu bestimmen; dazu seyn scheinen sie in der Blatterkrankheit, sey sie nun durch menschlichen oder durch thierischen von Kuhpocken entlehnten Stoff hervorgebracht; ferner in der Vergiftung durch Opium; in dem reichlichen Gebrauche des Quecksilbers und einigen ähnlichen Substanzen.

XXIX.

Anlage zur Krankheit.

Kein Mensch ist dafür sicher, daß nicht ein Reiz irgend einmal, wenigstens in Bezug auf den Grad seiner in Thätigkeit zu setzenden Lebenskraft, zu heftig reizen kann, keiner ist sicher, daß ihm dieser oder jener nicht entbehrliche Lebensreiz, ehe er es sich versieht, einmal entzogen wird; keiner hat mithin einen Bürgen, daß er den Krankheiten, dem Tode entgehe, welche jene Verhältnisse als unmittelbare Folge nach sich ziehn; so hat der Mensch also auch im Allgemeinen eine Anlage, eine natürliche, aus seiner organischen Beschaffenheit herfließende Neigung, in Krankheiten solcher Art zu verfallen. Vor den Wirkungen des Blitzes, vor den nachtheiligen Einwirkungen mechanischer Schädlichkeiten, vor den Folgen, die aus dem mangelnden Athemholen oder dem der Luft beigemischten und dann etwa fehlenden Sauerstoffe entstehen, wenn man in einen langeverschlossenen Keller, in ein Todtengewölbe rc. hinabsteigt, ist Niemand sicher.

Indessen, wenn es gewiß ist, daß ein allzugroßes Mißverhältniß zwischen dem, was die Erregbarkeit des Körpers in Thätigkeit setzt und

der letztern selbst unmittelbar solche Folgen erzeugt: so ist es doch auch eben so gewiß, daß es sehr viele Menschen giebt, die vermöge ihrer Lebensart vorzüglich geneigt sind, in Krankheiten jener Art (von Stärke der Lebensverrichtungen) oder dieser (von Schwäche derselben) zu fallen. Wenn nämlich das Mißverhältniß zwischen den reizenden Dingen und demjenigen, worauf sie einwirken, nicht gar zu groß ist, sondern nur sehr allmählig erhöht oder vermindert wird, so fehlt sehr viel daran, daß es unmittelbar eine Krankheit begründen sollte. Indessen ist doch die Neigung dazu da. Es darf dann nur noch dieses Mißverhältniß bis auf einen gewissen Grad kommen oder ein plötzlich gemachter bedeutender Zusatz Statt finden und unvermuthet oder langsam heranschleichend bricht das Uebel aus, das schon lange unbemerkt, oder wenig beachtet drohte. Durch schlechte, schleimige, reizlose Nahrung z. B. war der Darmkanal jenes Mannes wenig sehr geraume Zeit gereizt worden. Seine Säfte waren unter solchen Umständen dünn, wässerig, oder zähe, langsam schlichen sie in den Gefäßen umher, die keinen Anreiz dazu hatten, sie mit der gehörigen Schnelligkeit umherzutreiben. Er hatte also nicht unbedeutende Anlage zu einer Krankheit aus Schwäche sich zugezogen. Ob sie zur Krankheit, wenn sie zur Krankheit, zu was für einer

Krankheit sie führen wird, das hängt nun von den fernern Umständen ab. Der Mann soll noch lange so fortleben, so wird in seinem Darmkanale, der sich viel zu wenig zu kräftigen Zusammenziehungen getrieben gereizt fühlt, der viel zu sehr mit den schleimigen, reizlosen Nahrungsmitteln zu kämpfen hat, eine Ansammlung von Schleim endlich werden, der nun vielleicht ein Schleimfieber, eine Wurmkrankheit veranlaßt, oder gar die sogenannten Infarkten hervorgehen läßt. Der Mann aber, gesetzt, würde noch gar plötzlich durch die Begleiter eines häuslichen Unglücks, durch Kummer, Traurigkeit und dergl. geschwächt, so wird er nun unvermuthet von einem sogenannten schleimigen Nervenfieber überfallen werden. Der Grund, der eine solche Neigung zu einer Krankheitsform in die letztere selbst übergehen läßt, wird immer gemeiniglich Gelegenheitsursache von den Aerzten genannt. Vermöge seiner Verhältnisse, Lebensart, überstandene Krankheiten, Beschaffenheit einzelner Werkzeuge hat nur selten ein Mensch das Glück, von der Neigung zu dieser oder jener Krankheit ausgeschlossen zu seyn, allein wenn er sich nun hütet, der Gelegenheit sich nicht Preis zu geben, die Neigung nicht überhand nehmen zu lassen, so kann er oft Jahre lang gesund und froh bleiben, während er fast beständig mit Krankheit zu kämpfen hat. Wer hier sich nicht selbst

prüfen und leiten lernt, wird nie weit kommen. Wir werden im folgenden Abschnitte noch einmal auf die Regeln zurückkommen, die hier jeder in Bezug auf sich zu beobachten hat.

XXX.

Bewegung und Ruhe.

Schon könnte ich nun diesen Abschnitt schließen, wenn mir nicht noch nach Uebersicht dessen, wie sich der Körper zunächst bei den Eindrücken verhält, die von Außendingen auf seine Lebenskraft gemacht werden, zu übersehn nöthig wäre, was ihm für Erhaltung des Lebens und der Gesundheit nöthig ist, insofern er sich selbst zur Thätigkeit bestimmt, oder diese selbst mit der Ruhe abwechseln läßt.

Die Bewegung, welche wir in den einzelnen Theilen des Körpers und im Ganzen wahrnehmen, ist von doppelter Art. Die eine hängt nicht von der Willkühr des Geistes ab, der ihn beherrscht, sondern wird allein von den Reizen bestimmt, welche auf die Werkzeuge einwirken, wo sie Statt findet. Da diese Einwirkung nun

immer fortdauert, so muß natürlich auch die davon abhängende Bewegung ununterbrochen dauern. Hierhin gehört die Zusammenziehung der Gefäße, des Darmkanals. Immer ist hier Blut und Speisesaft thätig; immer daher auch das Herz, der Magen ꝛc. in ununterbrochener Zusammenziehung. Selbst bei der vollkommensten Ruhe, im tiefsten Schlafe, ja sogar da, wo jeder Schein des Lebens mangelt, und nur in schwachen Funken das Lämpchen des Lebens glimmt, selbst da sind diese Bewegungen, wenn auch schon sehr schwach, noch immer gegenwärtig. Einige Bewegungen sind von der Art, daß der Wille des Geistes ihre Gegenwart in etwas bestimmen kann, allein von Bedeutung ist diese Willkühr auch nicht. Wie lange vermag z. B. jemand seinen Athem anzuhalten? Von solchen unwillkührlichen und gemischten Bewegungen kann hier nicht die Rede seyn. Was sie begründet, das wissen wir. Was der Mensch zu thun hat, um sie weder zu stark noch zu schwach werden zu lassen, das wissen wir auch. Hier beschäftigen uns nur noch diejenigen, die in der Art, in dem Grade, in der Ausübung und in der Unterlassung gleich sehr in unserer Willkühr gestellt sind.

Schon in der frühesten Jugend hat die Natur uns angedeutet, daß es für unsern Körper nöthig ist, ihn in einer seiner Beschaffenheit an-

gemessenen Thätigkeit zu erhalten. Wie regt und bewegt sich nicht schon in einzelnen Momenten das kaum gebohrne, obschon jeder bestimmten Bewegung unfähige Kind? Wie ist nicht selbst sein Schreien darauf berechnet, ihm den Mangel anderer Bewegung zu ersetzen, deren es nicht ganz entbehren kann? Bewegung ist dem Menschen unentbehrlich. Lange kann er nicht einer Uebung, einer Thätigkeit entbehren, die seinen Muskeln Kraft, seinen Gliedern Leichtigkeit, Beweglichkeit, seiner Seele Heiterkeit und Frohsinn schaffen kann.

Jede willkührliche Bewegung des Körpers kann für die Lebenskraft desselben als ein Reiz betrachtet werden, der zunächst das Werkzeug betrifft, das hier bewegt wird, während er sich von da aus auf den ganzen übrigen Körper erstreckt. Insofern wir diesen Gesichtspunkt annehmen, um über die Vortheile und Nachtheile zu urtheilen, die aus unterlassener oder geschehener Bewegung entstehen können: insofern werden wir dieß leztere selbst ohne große Mühe zu berechnen im Stande seyn.

Einige Bewegungen sind so beschaffen, daß der ganze Körper daran Antheil nimmt. Hierhin gehört das Gehen, das Reiten, das Fahren, das Tanzen, das Laufen. Zwar

werden auch hier einige Glieder noch vorzugsweise mit in Thätigkeit gesetzt, z. B. beim Gehen, Laufen, Tanzen die Füße; indessen geschieht dieses doch keinesweges auf eine einseitige und vorzüglich ermüdende Art. Unter allen Bewegungen ist das Gehen vorzüglich für diejenigen, die an keine starken Bewegungen gewöhnt sind, die mit einem andern Ausdrucke nicht gewöhnt sind, einen sehr heftigen Reiz zu vertragen, die heilsamste, da dabei der Blutumlauf, die Wärme der Glieder ungemein wohlthätig befördert, jede Stockung der Säfte verhütet wird, und diese wohlthätigen Wirkungen fast immer noch durch den Genuß einer gesundern, reinern, mithin auch reizendern Luft verknüpft werden, und das noch den Vortheil hat, daß es fast für jeden genießbar werden kann. Vom Kinde bis zum Greise können alle, die nicht ans Krankenlager gefesselt sind, langsamer oder geschwinder gehen, schleichen, springen, hüpfen.

Mit dem Fahren ist es schon anders. In einem ausgepolsterten, schwebenden Wagen, auf einem ebenen Wege, ist es für gesunde, an eine starke Bewegung gewöhnte, Menschen viel zu schwache Bewegung, um von ihr täglichen Gebrauch machen zu wollen, um ihre Gesundheit dadurch zu erhalten. Sitzen ihrer viele in einem obendrein zugemachten Wagen, so leiden sie durch die eingeschlossene, verdorbene Luft ungemein

mein, in der einen Hinsicht das wieder einbüßend, was sie auf der andern Seite zu gewinnen hoffen. Fährt man lange, so ist die gekrümmte Stellung mit allen den Nachtheilen verknüpft, die wir weiter unten kennen lernen. Das ewige Schwanken des Wagens erregt manchem Schwindel und Erbrechen. Wenn das Fahren unter solchen Umständen als zu schwacher Reiz vorzüglich nachtheilig wirkt, eine zu unbedeutende Körperthätigkeit veranlaßt, so hat dagegen das in einem schwerfälligen Wagen, auf Landstraßen, die so holprig, wie die meisten sächsischen, sind, den großen Nachtheil, daß der Unterleib, die Schenkel, auf eine Art zusammengerüttelt werden, die eben so schmerzhaft als bedeutend nachtheilig werden kann. Wer wenigstens zu Durchfällen, Hämorrhoiden geneigt ist, kann hier leicht die einen oder die andern sich zuziehn. Ich will lieber, und mancher wird mir beistimmen, zehn Tage zu Fuße gehen, als mich in manchen Gegenden, z. B. im Gebirge, auf einer sächsischen Post herumfahren lassen.

Was das Reiten anbetrifft, so ist es nächst dem Gehen die heilsamste Bewegung, und das um so mehr, da es ebenfalls ganz in unserer Gewalt steht, den Grad dieses Reizes nach unserer physischen Beschaffenheit abzumessen. Vom Schritte bis zum Galop — welcher

Unterschied! wie kann so jeder für sein Bedürfniß hier jeden Augenblick wählen! Indessen nachsteht es dem Gehen, inwiefern der Reiter immer abhängig von seinem Thier ist; in seltnen Fällen muß er immer eine Sorgfalt auf dieses wenden, die auch zur Aengstlichkeit, Furchtsamkeit verleiten kann. Ist das Pferd ein Stößer, so wird er Mühe haben, jeden Nachtheil zu verhüten, den seine Brust, sein Unterleib davon erfahren kann. Es ist von manchen Aerzten das Reiten als eine vorzüglich heilsame Bewegung vorzüglich denen angerühmt worden, welche an schwachen Lungen leiden, zum Blutspeien, Blutsturz, Schwindsucht geneigt sind, und das ist denn auch in der That wahr; wenn — das Pferd so sanft geht, wie es bei Miethpferden oft nur zu wünschen, selten zu finden ist, dann ist das Athemholen ungemein erleichtert; alle die Anstrengungen fallen weg, welche dabei durch Gehen, Bergesteigen und dergl. nöthig werden.

Das Laufen ist ganz als ein höherer, als ein sehr hoher Grad des Gehens zu betrachten. Wer an starke Reize, namentlich an diesen, nicht gewöhnt ist, wird nicht lange dabei verweilen können, ohne die Folgen eines zu heftigen Reizes zu erfahren. Nur gar zu leicht kann dadurch, vorzüglich bei schwachen Lungen, und

dann, wenn es dem Winde entgegen geschieht, der die Anstrengung noch größer macht, ein Blutsturz, ein Schlagfluß deßwegen sich ereignen, daß der zu heftige Reiz der Bewegung den Blutfluß zu sehr verstärkt.

Bald ihm, bald dem Gehen kommt das Tanzen gleich, je nachdem diese oder jene Art desselben Statt findet. Unter allen Bewegungen des Körpers ermüdet er am wenigsten, inwiefern er ein Vergnügen gewährt, wie es keine andere Bewegung schaffen kann. Unter allen Bewegungen ist er an sich die heilsamste. An sich; aber freilich machen die mit ihm der Gewohnheit nach verknüpften Umstände ihn zu der schädlichsten oft, welche gedacht werden kann. Zu heftiger Tanz, wie er in unsern Angloisen, die durch so viele Paare sich schleifen, herrscht, wird, wie es keines Beweises bedarf, auch als zu heftiger Reiz; kein Wunder, wenn also schon deßhalb ein Schlagfluß den leidenschaftlichen Tänzer dem Vergnügen mitten im Genusse entriß. Zugluft, Kälte, Luft, nimmt den erhitzten Tänzer auf; kaltes Getränk, Eis und dergl. soll den unvorsichtigen erquicken. Ist es ein Wunder, wenn die plötzliche Entziehung der bis dahin einwirkenden heftigen Reize die größte Gefahr drohte, und sie bald in Wirklichkeit übergehen ließ? Ich erwähne nicht den Nachtheil, den zu leichte Bekleidung,

den die große Zimmerwärme, die eingesperrte, von Lichtern und vieler Menschen Athemholen verdorbene Luft bei langem Aufenthalt haben mag. Wenn ich behaupte, daß jede Tanzgesellschaft mit einer Menuet ihr Vergnügen anfangen, und damit endigen sollte; wenn ich verlange, daß für Verhütung jedes Luftzuges während und nach dem Tanze Sorge getragen werden muß; wenn ich darauf dringe, nur mäßig die Zimmer im Winter zu heizen, wo die Muse des Tanzes ihre Verehrer einladet, so habe ich damit weder zu ängstliche, noch zu viele Forderungen gemacht.

Vorzüglich schadet der Tanz dadurch so manchem. Es giebt Personen, vorzüglich unter dem weiblichen Geschlechte, die Wochen, Monate lang nur wenig oder gar keine Bewegung kennen, man müßte denn etwa die dafür annehmen, daß sie zwei-, dreimal die Woche, eine Promenade besuchen, wo sie mit ehrenfesten langsamen Gange eine Anleitung zu geben suchen, wie man nicht spazieren gehen solle. Nun wissen wir schon, die organische Maschine wird um so mehr von einem Reize in Thätigkeit gesetzt, je weniger sie ihn gewohnt ist, was wird nun der Fall bei solchen an sich fast übermäßigen Bewegungen seyn, wie sie mit dem Tanze verknüpft sind. Kein Wunder, daß sich so manches zärtliche Geschöpf den Tod daholte, wo sie nur Freude und Vergnügen hatte,

Mit einiger Einschränkung gilt dasselbe von so manchem Handwerker, der die ganze Woche in einer Ruhe verharrt, welche jede Bewegung für ihn zum doppelten und dreifachen Reize macht.

Einen Nachtheil mag wenigstens, wenn der Tanz ein oft wiederholtes Vergnügen bildet, der Umstand haben, daß es nicht selten weit in die Nacht hinein fortgetrieben wird, und also mit der zu heftigen Bewegung auch die Nachtheile entstehen läßt, welche aus der Schlaflosigkeit entstehen, und von denen sich weiterhin sprechen läßt.

Einige Bewegungen sind noch außer dem Tanzen vorzüglich als solche bekannt, die durch das damit verbundene Vergnügen heilsam, durch die frohe, heitere Seelenstimmung vortheilhaft werden können, die dabei Statt findet. Es gehört hierhin das Ballspiel, das Kegelspiel, das Billiardspiel, insofern sich zu den beiden letztern kein Interesse des Beutels gesellt, das dann freilich jeden Vortheil aufheben müßte, den es in anderer Hinsicht hat. Das erstere möchte vor den beiden übrigen den Vorzug verdienen, da es im Freien gehalten, mit Bewegung des ganzen Körpers verbunden ist, und in Gesellschaft mehrerer genossen werden kann. Es ist Schade, daß es jetzt mehr ein Spiel der Kna-

ben, als der Erwachsenen ist, die doch davon nicht weniger Vortheil hätten. Das Billiardspiel ist vorzüglich für Schwächliche, die ihrem Körper nicht zuviel zumuthen können, und dann für den Winter heilsam, wenn er Spaziergänge, Reiten und dergl. verbietet.

XXXI.

Fortsetzung.

Wenn sich alle jene Bewegungen dadurch auszeichneten, daß, im Ganzen genommen, der ganze Körper gleich sehr daran Antheil nahm, so giebt es andere, wo vorzugsweise nur ein, oder einige Theile in Thätigkeit sich befinden. Hierhin gehören ein großer Theil der mechanischen Handarbeiten, derer, welche die Schlösser, Tischler, Zimmerleute, Schuhmacher u. s. f. liefern. Bei einigen solchen Künstlern ist der ganze Körper in Ruhe, und nur ein Theil in Thätigkeit, wie z. B. die Aerme beim Schuhmacher, die Füße, bei den Buchdruckern. Da jede solche Bewegung ein Reiz für die Lebenskraft ist, den wir auf sie einwirken lassen, und dieser hier nur örtlich einwirkte, so zeigen sich auch allmählig eine

bedeutende Menge Folgen, die auf dieses örtliche Verhältniß gegründet sind. Hierhin gehören eine Menge der den Künstlern eignen Krankheiten. So leidet z. B. der Flöten- Hornbläser, der Schauspieler am leichtesten an Lungenfehlern. Er setzt vorzüglich dieses Organ in Bewegung, dagegen werden auch nicht selten solche einzelne Organe ungemein stark, und zeichnen sich dadurch vor andern auf eine bewundernswürdige Art aus. Es kommt hier darauf an, wie der Mensch dabei zu Werke ging, als er sich entschloß, vorzüglich dieses oder jenes Organ einen geraumen Theil seiner Lebenszeit über in Thätigkeit zu setzen. Geht es langsam dabei zu; muthet er seinem Körper nicht mehr zu, als er in der That für den Augenblick zu ertragen fähig ist, so wird dadurch nicht allein oft jeder mögliche Nachtheil verhütet, sondern selbst die Gesundheit ungemein befördert. So sieht man endlich die ungemein starken Waden und Schenkel der Tänzer, der Fußboten, die so volle Brust der Hornbläser, der Tonkünstler überhaupt, welche blasende Instrumente treiben. Nur dann können solche Beschäftigungen einzelner Organe meistentheils nicht allzulange ohne Nachtheil für die Gesundheit fortgesetzt werden, wenn die übrigen dabei in einer Unthätigkeit und einer zwangvollen Lage beharren müssen. Dieß ist z. B. bei den im Sitzen arbeitenden Professionisten der Fall.

Der Schuhmacher hat nicht selten mit Fehlern des Unterleibes zu kämpfen. Es ist zwar gewiß, daß das Sitzen dem Menschen eine angewiesene, von der Natur selbst angezeigte Art, zum Theil der Ruhe zu pflegen, sey; aus dem Baue unserer Lenden und Schenkel erhellt dieses deutlich. Allein geschieht es, wie es bei diesem Handwerke der Fall ist, mit vorhängendem Oberleibe, so werden die Eingeweide, die Gedärme zusammengepreßt; der Blutumlauf ist schwächer und erschwerter, Stockungen und Anhäufungen der Säfte sind fast unvermeidlich, Steifheit des Rückengelenkes, der Knie, Hämorrhoiden und andere Uebel nur bei genauer Sorgfalt unvermeidlich.

Der Mensch in seinen bürgerlichen Verhältnissen ist nur zu sehr meistentheils genöthigt, seine Körperkräfte auf eine so einseitige, und dem Ganzen also leicht Nachtheil bringende Art zu üben. Will er die Nachtheile selbst verhüten, so wird er nothwendig das Gleichgewicht selbst herzustellen suchen, und durch freiwillig übernommene Bewegungen, die sich durch allgemein nöthige Thätigkeit, durch nicht mehr anstrengenden Grad, als vortheilhaft ist, auszeichnen, dieses zu erlangen suchen müssen. Wir haben solche allgemeine für den Körper berechnete Bewegungen schon kennen lernen. Nur von einer will ich noch

sprechen, die vorzüglich demjenigen willkommen seyn muß, dem seine Geschäfte und Verhältnisse weder Zeit zum täglichen Spazierengehen, noch zum Reiten, Tanzen, rc. übrig lassen. Es ist das Reiben, das Frottiren. Ich kann das darüber zu sagende nicht besser ausdrücken, als es Herr D. Vogel in einer seiner Schriften gesagt hat.

Das Frottiren oder Reiben des Körpers, schreibt er, ist unstreitig das vorzüglichste Surrogat der körperlichen Bewegung und das Hauptmittel, wodurch ein Mensch, welcher durch seine Berufsgeschäfte zu anhaltendem Sitzen oder Stehen gezwungen ist, am sichersten die übeln Folgen des Mangels an körperlicher Bewegung verhüten kann.

Durch das Frottiren wird nämlich die Erregung oder die Lebensthätigkeit verhältnißmäßig im ganzen Körper, vorzüglich aber in dem frottirten Theile selbst verstärkt. — Die Säfte gerathen in stärkere Bewegung, die Hautdrüsen werden mehr in Thätigkeit gesetzt, und der Trieb der Säfte selbst wird zu denselben beschleunigt. Eine Folge davon ist, daß der Theil wärmer wird, und daß sich mehr Nahrungsstoff in ihm absetzt. Auf diese Weise ist mäßiges Frottiren eins der sichersten Mittel zur Beför-

derung des Fettwerdens und der Gliederstärke. Das wußten die alten Griechen und Römer gar wohl, und daher hielten sie auch soviel auf das Reiben des Körpers und verfuhren dabei mit so großer Behutsamkeit.

Bei der sitzenden oder stehenden Lebensart leiden hauptsächlich die Füße, weil sie von dem Herzschlag am weitesten entfernt liegen. Der Umtrieb des Blutes ist deßhalb schwächer und langsamer in ihnen, als in irgend einem andern Theile, und sie können auch nicht so viel Wärme besitzen, wie die andern Theile, weil das langsamer fließende Blut die Gefäße weniger reibt. Personen, die viel sitzen oder stehen, haben daher immer kalte Füße. Dieß ist aber nicht bei denen der Fall, welche ihre Füße stark in Bewegung setzen. Die Bewegung hilft nämlich die mangelhafte Wirkung des Herzschlagens auf die Füße ergänzen, und deßhalb haben alle diejenigen, welche sich viel Bewegung machen, immer warme Füße. Das nämliche ist aber auch bei fleißigem Frottiren der Füße der Fall. Aber auch die innern Theile werden durch das Frottiren in stärkere Thätigkeit gebracht, wie sich besonders aus der vermehrten Zusammenziehung des Herzens ergiebt.

Uebermäßiges Frottiren hat eben die Folgen, welche wir mit zu starker körperlichen Be-

wegung verknüpft sehen. Es bewirkt nämlich zu starke Ausdünstung der Säfte in der Haut, dadurch wird der Körper eines großen Theiles seines Fettes und seiner Feuchtigkeiten beraubt und in kurzen mager und trocken. Ein dicker fetter Herr, welchem sein Schmeerbauch zu schwer wird, und dessen sehnlicher Wunsch ist, einen Theil dieser Glückslast loszuwerden, wird zuverlässig in starkem und ausdauerndem Frottiren einen sichern Abnehmer finden. Die Alten stellten daher folgende Sätze als ausgemachte Wahrheiten auf. Starkes Frottiren macht die Faser straff, sanftes aber erweicht sie; häufiges Frottiren macht mager, mäßiges aber befördert das Fettwerden.

Die Regeln, die man bei dem Akt des Frottirens zu beobachten hat, sind folgende:

1) Hände und Füße müssen verhältnißmäßig, als die vom Herzschlag entferntesten Theile, stärker frottirt werden, als Brust, Bauch und Rücken.

2) Man bedient sich dabei am besten eines eignen Flanelllappens.

3) Wer einen trocknen und magern Körper hat, muß sich nach dem Frottiren ein wenig Baumöl einreiben. Diese Einsalbung ist vorzüglich im höhern Alter heilsam und das beste

Mittel, die Zusammenschrumpfung der Fasern zu vermindern.

4.) Man frottirt sich früh gleich nach dem Aufstehen und dann zwar am gelindesten. Hat man am Vormittage keine Bewegung, so wiederholt man es um neun oder zehn Uhr in etwas stärkerm Grade. Eben so nach dem Mittagsessen und Abends beim Schlafengehen."

In dem letztern Zeitpunkte möchte es vorzüglich empfehlungswerth seyn. Gelehrte, die den ganzen Tag am Schreibtische verleben müssen, Künstler, Handwerker, sollten ein so einfaches und ungemein wirksames Mittel wenigstens mit eben dem Zutrauen beehren, das es bei den alten Griechen und Römern besaß und bei den heutigen Orientalern noch jetzt besitzt. Vorzüglich heilsam müßte es werden, wenn man es entweder, wie es dort geschah und jetzt geschieht, im lauwarmen Bade anwendete, oder es so gebrauchte, wie Franklin, in Verbindung mit einem Luftbade. Dem erstern Verfahren würde ich vorzüglich huldigen. In dem letztern Falle könnte man sich an einer, wöchentlich zweimal gemachten allgemeinen Friktion des Körpers begnügen und Abends jeden Tag nur noch den Unterleib sanft reiben, der bei der Unthätigkeit des Körpers am Tage vorzüglich bei Gelehrten, leidet, insofern die Beschäftigungen

dieser so besonders dazu beitragen, den Kreislauf der Säfte in dieser Höhle, der an sich träger ist, wie in den übrigen Theilen, noch langsamer zu machen, und so die Verdauung auf der einen, die Ernährung auf der andern Seite zu mindern, und Stockungen, Anhäufungen von Säften auf einem doppelten Wege entstehen zu machen.

Es ist schon oft darüber gestritten worden, ob Bewegung nach dem Essen heilsam sey? Das Sprichwort der Alten, nach dem Essen muß man stehen oder tausend Schritte gehen, fand auch in den neuesten Zeiten einen Vertheidiger. Es ist gewiß, daß sich dafür und dagegen manche Erfahrungen anführen lassen. Wer fühlt, fragt D. Vogel, der die Bewegung nach der Mahlzeit in Schutz nimmt, wer fühlt von Klösen, Speck und Hülsenfrüchten nicht die mindesten Beschwerden: der Knecht, welcher gleich nach dem Essen wieder an seine Arbeit geht, oder der Herr, welcher sich nach dem Essen im Lehnstuhl gütlich thut? — Wer verdaut besser, wer leidet weniger von Magen-Krämpfen, Blähungen, Hysterie ꝛc. die Dame, welche sich nach Tische auf dem Sopha pflegt, oder an den Näh-

rahmen setzt, oder den Strickstrumpf in die zärtliche Hand nimmt; oder die Köchin, welche sich gleich nach dem Essen hinter die Aufwaschegelte stellt, das Küchengeräthe reinigt und wieder an Ort und Stelle bringt? Durch die körperliche Bewegung, meint derselbe Arzt, wird das Blut in stärkeren Umlauf gebracht, die Theilchen desselben reiben sich stärker an einander, und an den Wänden der Kanäle, durch welche sie strömen. Durch diese vermehrte Friktion wird mehr Wärme entwickelt, und der ganze Körper in stärkere Thätigkeit gesetzt. — Der Magen zieht sich, so wie die übrigen Theile lebhafter kräftiger zusammen, und wirkt dadurch nachdrücklicher auf die in ihm befindlichen Speisen. Da durch die Bewegung alle Ab- und Aussonderungen vermehrt werden, so wird auch mehr Magensaft abgesondert, überdieß erhält der Magen durch die stärkere Friktion des Bluts mehr Wärme nnd somit alles, was zu einer guten Verdauung gehört. „Deßhalb, schließt er, ist körperliche Bewegung das beste Digestiv, das beste Mittel zur Verdauung."

Weder die Beweisgründe, noch die vermeinten Erfahrungen werden als überzeugend angesehn werden können. Die erstern zeigen nur, daß ein gesunder, recht kraftvoller, gegen Eindrücke gewisser Art nicht mehr empfänglicher,

vielmehr daran gewöhnter Mann manches ertragen kann, was einem daran nicht gewöhnten bedeutende Zufälle erregen würden. Wenn der Bauersmann gleich nach Tische wiederum an seinen Pflug geht, der Zimmermann wie vor dem Essen rüstig seine Axt schwingt, so verrichtet er diese Geschäfte mit einer nur ihm durch lange Uebung eigen gewordenen Leichtigkeit und es wäre lächerlich, ihnen den Rath zu geben, auf diese Lebensweise Verzicht zu leisten. Allein ganz anders ist es mit einem, der sich an so etwas nicht gewöhnt hat. Hier spricht Erfahrung und Theorie gleich sehr dagegen. Erfahrung; wie stößt es einem auf, wenn man gut und reichlich gegessen hatte und nun unmittelbar darauf einen starken Spaziergang macht! Theorie; denn ich muß hier gelegentlich auf einen Grundsatz aufmerksam machen, der in dem Unterrichte über Erhaltung der Gesundheit ungemein wichtig ist, in Krankeiten ungemein wichtig werden kann. Die Lebenskraft des Körpers ist dann in einem Theile thätig, wenn auf diesen Theil irgend ein Reiz einwirkte, der sie dazu aufregen kann. Wenn wir essen, so bringen wir mit andern Worten in unserm Darmkanal und zwar zunächst im Magen, eine Menge Reize an, die hier die Lebenskraft zur Gegenwirkung auffordern; machen, daß die Gefäße des Magens, welche den Schleim darinne absondern,

der zur Verdauung bestimmt ist, dieses in größerer Menge thun, daß sich die Muskelfasern des Magens stärker, kräftiger zusammenziehen; rc. So gewiß dieses ist, so gewiß ist aber auch das folgende: Wenn zu gleicher Zeit auf zwei verschiedenen Punkten ein Reiz einwirkt und der eine den andern an Stärke übertrifft: so wird dadurch die Lebenskraft bestimmt, sich vorzüglich und da wirksam zu äußern, wo der stärkere Statt findet. Wenden wir dieses auf den vorliegenden Fall an, so werden wir auch jeden Augenblick die Bewährung davon wahrnehmen. Man weis, daß Nachdenken bei und nach der Mahlzeit eines der sichersten Mittel ist, seine Verdauung zu ruiniren, — die Ursache davon ist: Beim Denken ist vorzüglich das Gehirn in Thätigkeit; der Reiz der Seele entsprungen, erregt dieses alsdann in höherm Grade, als es die Speisen im Magen zu thun vermögen. Ist nun dieses nicht der Sache nach, wenn auch nicht der Form, ganz gleich mit dem, wenn die ganze Muskelmasse in Thätigkeit ist? Weil es Leute gegeben hat, die nach Tische unmittelbar ohne Nachtheil meditiren, memoriren, dichten konnten u. s. f. wollen wir im Allgemeinen daraus den Schluß ziehen, es sey dies heilsam für die Verdauung? Weil es Leute giebt, die von Jugend auf die härteste Handarbeit als Spielarbeit ansehen lernten, wollen wir deßwegen behaupten, hierinne

seyn für jeden die beste Mageneſſenz zu finden? Es ist voreilig, solche Schlüsse zu machen. Auch hier trifft das ein, was ich schon oft zu erinnern hatte, alles, was gesund oder ungesund seyn soll, muß eben so sehr in Bezug auf den Körper betrachtet werden, für den es soll verwendet werden, als es in Beziehung seiner selbst Betrachtung verdient. Nur weniges, vielleicht gar nichts, ist an sich und für sich gesund oder ungesund.

XXXII.

Schlaf und Wachen.

Wenn auf den menschlichen Körper so mannigfaltige, so zahlreiche und zum Theil starke Reize ununterbrochen einwirkten, so würde endlich, wie sich aus dem obigen leicht ergeben muß, seine Lebensthätigkeit dahin gebracht werden, daß sie von keinem Reize mehr erregt werden könnte, daß also das davon abhängende Leben selbst vernichtet, geendet würde. Deßwegen sorgte denn nun die Natur weislich dafür, daß immer eine Periode der Ruhe, der Erholung, abwech-

selte mit der Thätigkeit, daß Schlaf mit Wachen vertauscht würde; sie selbst traf Anstalt, daß hier die Summe der allgemeinern, den Körper in Thätigkeit setzenden Reize theils vermindert, theils entfernt würden, und gab also selbst einen Fingerzeig, wie es der Mensch anzufangen habe, in gehörigem Grade, zur gehörigen Zeit ꝛc. die Zeit zu benutzen, wo er Kraft sammeln soll für den kommenden Tag; sich erholen soll von den Mühseligkeiten des vergangenen.

Wenn indessen der Schlaf deßwegen da ist, um der Lebenskraft Zeit zu gönnen, sich wieder in den Stand zu setzen, alle die Reize erwiedern zu können, welchen sie jetzt entweder gar nicht oder doch nur sehr unvollkommen entgegenwirken kann: so hat sich doch die Natur zugleich auch noch die Erreichung eines andern Endzweckes vorgenommen. Im Schlafe geht vorzüglich das Wachsthum, die Ernährung des Körpers von statten. Eines Theiles ist und muß dieses schon die natürliche Folge davon seyn, daß der Aufwand dem größten Theile nach fehlt, der durch die beständige Thätigkeit aller Muskeln ꝛc. unnöthig wird; theils ist dieses aber auch davon die Folge, daß die außer der Willkühr des Menschen gelegenen Blutgefäße zwar schwächer, aber doch immerfort ihren Verrich-

tungen vorstehen und also namentlich den hierhin gehörigen Absatz nährender aus dem Speisesafte bereiteter Partikeln überall, wo sie hingehn, absetzen können.

Wer sieht nicht ein, daß bei solchen Umständen der Schlaf so unentbehrlich, so eine treffliche Einrichtung unserer Organisation ist, daß auf seinen richtigen Genuß ungemein viel ankomme, um gesund zu bleiben? Die Natur hat hier ungemein richtige Winke gegeben, nur der Mensch in den höhern Ständen vorzüglich scheint es oft recht darauf anzulegen, gerade das Gegentheil von dem zu thun, was er thun sollte.

Die nächste Folge davon, des Schlafes, ist, daß gegen die am Tage über einwirkenden Reize seine Entgegenwirkung mehr Statt finden kann. Nun stellt er sich bei demjenigen oft zur Unzeit ein, der jetzt noch die Freuden der Gesellschaft genießen, Arbeiten verrichten will u. s. f. die jetzt freilich nicht ihn beschäftigen sollen; um seinen Zweck zu erreichen, verscheucht er den holden Schlaf durch verstärkte Reize, durch geistige Getränke, spätes Essen und dergl., bis endlich die ganz erschöpfte Lebenskraft auch ihnen nicht mehr zu reagiren vermag und er, nur später, als es

seyn sollte, und mit wenigerm Vortheil, dem Schlaf in die Arme sinkt. Wer von ihm allen den Vortheil ziehen will, den man ziehen kann, wer einen ruhigen, sanften Schlaf haben will, muß nothwendig die Zeit dazu benutzen, wo die Natur selbst den Reiz des Lichtes, der Wärme u. s. f. vermindert hat, welche am Tage die Maschine in Thätigkeit setzen; zugleich muß er sich hüten, jeden Reiz entfernt zu halten, der den Körper mehr oder weniger beeinträchtigen, mithin entweder den Schlaf verscheuchen oder doch unruhig und mithin auch nur unvollkommen für den Zweck passend machen kann, zu den er bestimmt ist. Man sieht von selbst ein, wie falsch es in dieser Hinsicht ist, Abends späte und reichliche Mahlzeiten zu halten; wie falsch es ist, um diese Zeit Arbeiten vorzunehmen, wobei angestrengte Thätigkeit des Geistes vonnöthen ist. Die meisten Gelehrten sind schwächliche Leute, sie würden es aber ungleich weniger seyn, wenn sie, statt Abends, des Morgens studirten, und sich so einen ruhigen, vor Mitternacht zeitig angefangenen Schlaf verschafften. Es ist gar nicht gleichgültig, ob der Mensch schon vor Mitternacht die Kräfte einzusammeln anfing, die er am Tage verlor, oder ob er erst nach dem Schlage der Mitternachtsglocke den Anfang dazu macht. Theils ist die Zeit dazu

selbst ungünstiger, inwiefern wenigstens im Sommer des anbrechenden Morgens Licht, der Gesang der erwachenden Vögel, der Lärm auf den Straßen und dergl. auf der einen Seite, die Beschäftigung der Einbildungskraft mit den Gegenständen, die spät am Abend des Geistes Aufmerksamkeit fesselten, auf der andern den Schlaf unruhig machen. Es ist ferner nicht gleichgültig, inwiefern dadurch Gelegenheit gegeben wird, den Körper in einem höhern Grade zu erschöpfen, als es für den völligen Ersatz heilsam ist. So sonderbar und übertrieben es wäre, aus diesem Grunde jede Freude des Mahles, der gesellschaftlichen Abendunterhaltung zu fliehen; jede Anstrengung zu fliehen, die uns etwa durch Nothwendigkeit, dringenden Zufall ein oder einigemal nöthig wird: so gewiß zeigen sich doch früher oder später die übelsten Folgen, wenn man lange eine solche entgegengesetzte Methode fortsetzt. Bläßen, mangelhafte Ernährung, schlechte Verdauung, Augenfehler, z. B. Schwäche oder Entzündung chronischer Art, Hypochondrie, das sind die gewöhnlichen Folgen einer solchen naturwidrigen Gewohnheit und vergebens ist es, gegen solche Uebel Hülfe zu erlangen, bevor man nicht den Grund abschaffte, auf dem sie sich einwurzelten.

Es giebt Leute, welche bis zum Einschlafen in einem Buche lesen. Ist es einförmigen trocknen Innhalts, spannt es keinesweges die Einbildungskraft, hält es die Aufmerksamkeit nicht rege, so habe ich dagegen nichts, desto mehr muß ich gegen die Bücher entgegengesetzter Beschaffenheit warnen. Sie sind nicht allein im Stande, den Schlaf selbst entfernt zu halten, denn der Reiz der Seele ist hier zu mächtig, sondern sie machen auch den endlich eingetretenen durch Träume unruhig, und ein unruhiger Schlaf erfüllt nur halb, oft gar nicht seinen Zweck, oft arbeitet er ihm gar entgegen und man steht entkräfteter, unmuthiger wieder auf, als man sich niederlegte. Noch andere lassen ein Nachtlicht brennen. Jetzt ist das sehr stark Mode; ich kann es aber keinesweges billigen, denn das ist keinem Zweifel unterworfen, daß der Schlaf unruhiger, der Gesundheit der Augen, auf die bei der von der Natur veranstalteten Finsterniß vorzüglich gesehen ist, ungemein gefährdet wird.

Wenn man, um gut und ruhig zu schlafen, hierauf sehen muß, die Reize zu vermeiden, die durch bedeutende Stärke die Lebenskraft noch in Anregung erhalten können: so hat man nicht weniger auch darauf seine Aufmerksamkeit zu

verwenden, daß am Tage hinlänglich durch die gewöhnlichen Reize die Lebenskraft selbst abgestumpft wurde. Wer am Tage in Unthätigkeit, sey es nun körperliche oder geistige, oder doch in sehr geringer Unthätigkeit verharrte, der wird vergebens sich so auf den Schlaf freuen, wie es der Tagelöhner, der Landmann kann, der, kaum hingesunken auf sein oft hartes Lager, doch sogleich seine Augen vom süßesten Schlafe geschlossen fühlt. So mancher klagt über seinen wenigen Schlaf; arbeitete er mehr, er würde gewiß nicht dazu Ursache haben.

Der Mensch kann es nicht immer vermeiden, daß unangenehme oder angenehme Gefühle, Begierden, Leidenschaften ihm Abends spät noch die Ruhe des Geistes rauben, die für das Einschlafen unumgänglich nothwendig ist. Vergebens wirft er sich von einer Seite auf die andere. Die Ruhe flieht ihn und sein Lager wird ihm, wenn es unangenehme, traurige Vorstellungen sind, zur Hölle. Es giebt nur ein Mittel, wodurch man sich helfen kann, und dieses besteht darinn, daß man durch eine sehr einförmige, gleichgültige Vorstellung die lebhaftere zu verbannen sucht. Man bete langsam das Vaterunser, und sange es, indem man sich völlig in die Lage eines Schlafenden begiebt, immer wie-

der von vorn an, bis man darüber einschläft. Wenn dieses für diesen Gebrauch zu ehrwürdig scheint, mache das Einmaleins durch oder zähle von Eins an, bis soweit man kommen kann. Sind die Vorstellungen, die dadurch verdrängt werden sollen, nicht zu lebhaft, so wird man seinen Zweck gewiß erreichen. Wer aber freilich sich niederlegt, über solche Dinge nachzudenken, die er im Geräusche des Tages nicht berücksichtigen konnte, dem kann und wird mit einem solchen Rathe nicht gedient seyn, ihm kann man nur sagen, daß er von seiner Gewohnheit abgehn muß, wenn er vor einem unruhigen Schlafe gesichert seyn will.

Spätes und vieles Essen ist das sicherste Mittel, um nicht einschlafen, um sehr unruhig schlafen zu können. Die Abendmahlzeit muß nothwendig zwei, bis drei Stunden vor dem zu Bette gehn gehalten werden. Indessen muß sich ein Gesunder denn doch auch sehr hüten, etwa so wenig zu genießen, daß er hungrig oder durstig das Lager sucht. Er wird dann ziemlich aus demselben Grunde nicht einschlafen können, der da Statt findet, wo man am Tage zu wenig Sorge getragen hatte, seine Lebenskraft gehörig in Thätigkeit zu setzen. Es ist hier kein ander Mittel, als zuerst die Triebe zu be-

friedigen, die solche ungeduldige Mahner sind. Bisweilen ist im Sommer die Hitze ein nicht unbedeutendes Hinderniß des Einschlafens. Hier ist gewöhnlich nichts besseres, als daß man ein paar mal, vorausgesetzt, daß man nicht schwitzt und kein Zug ist, auf und abgeht, und sich so abkühlt. Bisweilen nützt es hier auch, ein Glas kaltes Wasser zu trinken oder sich kalt den Kopf zu waschen.

Was die Dauer des Schlafes anbelangt, so kann man sie in Bezug auf Erwachsene recht sehr gut auf das Drittel des Tages, also auf sieben bis acht Stunden festsetzen. Alles, was darüber oder darunter ist, ist in der That vom Uebel. Sich um neun Uhr Abends niederlegen und früh um fünf Uhr wieder auffseyn, das ist so die Ordnung, die gesund an Leib und Seele erhält und uns mit einer Munterheit für unsere Geschäfte am Morgen erfüllt, wie ein Langschläfer, wie der, der den Morgen verschläft, sich höchstens nur wünschen, aber nicht fühlen kann. Wie und auf welcher Seite man schlafen muß, das ist eine andere Frage, die nicht weniger von Bedeutung ist. Im Allgemeinen kann man die erstere Hälfte so beantworten, daß sich sämmtliche Glieder im Zustande der Ruhe befinden, in keiner Anstrengung befinden müssen. Falsch

ist es daher, wenn man mit dem Kopf und Rücken in Verhältniß zu den Füßen und Schenkeln einen stumpfern oder spitzern Winkel bildet. Wenn auch krankhafte Beschaffenheiten, z. B. Drang des Blutes nach dem Kopfe, oder die Beschaffenheit der Brust, welche vielleicht, wie es bei Alten ist, sehr mit Husten geplagt wird, in einzelnen Fällen eine Ausnahme begründen, so ist doch keineswegesshier etwas daraus fürs Allgemeine zu schließen. Aus eben den Gründen muß jeder Druck vermieden werden, der den freien Umlauf der Säfte verhindern kann. Es ist unumgänglich nothwendig, daß hier Kniebänder, Rockbünde, Halsbinden, festgebundene Halstücher wegfallen.

Was die zweite Hälfte der aufgeworfenen Frage anbetrifft, so ist die Lage auf der rechten Seite wohl am zweckmäßigsten. In der auf dem Rücken ist der Nachtheil, daß die Last der Gedärme, des Magens, der Leber, auf die großen Blutgefäße drückt, die theils das Blut nach den untern Theilen hinführen, theils es von da zurückbringen. Ist der Magen mehr oder weniger mit Speisen angefüllt, so ist natürlich diese Last noch größer. Nun stockt das Blut leicht in den obern Theilen, in der Brust, im Kopfe. Hier bringt es leicht Kopfweh, dämisches Wesen,

Träume hervor; dort erzeugt es nicht selten Alpdrücken. In der Lage auf der linken Seite sind dergleichen Nachtheile ungleich weniger und schon ist sie darum auch besser. Nachstehen muß sie aber doch hierinne der auf der rechten, die in jeder Hinsicht die gesündeste, vortheilhafteste ist. Freilich hält es schwer, sich davon zu entwöhnen, wenn man die entgegengesetzte Seite gewohnt ist.

XXXIII.

Schlafzimmer, Schlafstätte.

Mit dem Schlaf ist das Schlafzimmer und die Schlafstätte zu nahe verwandt, um hier nicht zugleich in der Kürze davon reden zu können und zu müssen.

Die Vermeidung aller auf den Körper einwirkenden Reize, das ist ein Hauptpunkt, der bei der Verschaffung eines ruhigen Schlafes berücksichtigt werden muß. Dem zufolge empfiehlt sich kein Zimmer zum Schlafen besser, als dasjenige, wo jedes Geräusch, der Lichtreiz und dergl.

mangelt. In den großen Städten ist das nun freilich nicht immer so zu veranstalten. Es ist nämlich ein Hauptaugenmerk, den man bei der Auswahl eines Schlafzimmers zu berücksichtigen hat, daß in demselben gehörig gute Luft sey und die Nacht über auch erhalten werden könne. Bei Zimmern, die auf den Hof hinausgehen, ist dieß, wenn der letztere nicht geräumig, frei und reinlich ist, nicht immer möglich, man muß daher oft ein kleineres Uebel wählen, um einem größern zu entgehn; denn das ist nun wohl gewiß, daß man sich endlich an den auf einer lebhaften Straße die ganze Nacht hindurch herrschenden Lärm, aber nicht an mangelnde frische Luft gewöhnt.

Indessen ist nicht zu leugnen, daß man auf die Erhaltung der letztern während des Schlafes ungemein wenig zu sehen pflegt. Es ist schon von Hufeland in seiner allgemein bekannten Makrobiotik bemerkt, daß der Mensch in keiner Situation so lange verharrt, daß in keiner die Luft so sehr verdorben werde, als durch den Schlaf und in dem Schlafe; daß also nirgends so sehr darauf Rücksicht zu nehmen sey, und demohngeachtet findet man nirgends so sehr gegen den Genuß eines der wichtigsten Erhaltungsmittel des organischen Lebens gesündigt, als hier. Wie

viel kleine und dumpfige Schlafzimmer giebt es nicht hier, die obendrein vollgepfropft voll Betten sind, und wo man des Morgens bei einer feinen Nase umkommen vor Gestancke, ersticken bei der verpesteten Luft möchte? Wieviel der ganz dem Zweck entgegengesetzten Alkoven giebt es nicht, in denen kein Zug frischer Luft angebracht werden kann? Es herrschen hier Nachlässigkeiten, die man gewöhnlich gar nicht zu berücksichtigen, oder ganz zu verkennen oder gar zu spät zu bereuen scheint.

Hierhin gehört denn auch die ehemals allgemein, jetzt nur hier und da wieder aufgekommene Gewohnheit, das Bette mit Vorhängen zu umgeben. Hier wird denn nun zu einer wahren Luftschicht verdorbener Dünste Gelegenheit gegeben, und das Einathmen frischer Luft ganz verhindert. Vorzüglich arg muß das dann werden, wenn zwei in einer Lagerstätte schlafen.

Ueber die letztere Gewohnheit ließe sich denn nun auch manches sagen. Im Allgemeinen ist sie nun freilich ganz verwerflich. Der Organismus des Menschen entledigt sich des Nachts auf dem Wege der Ausdünstung einer Menge dem Körper sehr nachtheiliger Stoffe. Indessen wir wissen, daß auf demselben Wege durch die auf-

saugenden Gefäße dem Körper eine Menge anderer zugeführt werden können, und so ergiebt sich es denn nun augenscheinlich, daß auch das Zusammenschlafen zweier ganz gesunder Menschen dennoch nichts anderes, als eine mehr oder weniger beträchtliche Umtauschung ihrer gegenseitigen unnützen ausgedünsteten Stoffe, mithin keinesweges heilsam sey. Wie schädlich wird es nun vollends werden, wenn der eine Theil krankhaft ist, und vielleicht an kränklicher Beschaffenheit leidet, wo der Trieb nach der Haut verstärkt wurde, und diese Materie nicht ohne Gefahr, angesteckt zu werden, eingesogen werden kann? So etwas ist es bei rheumatischen, gichtischen, krätzigen Bettgenossen. Man hat die Beobachtung gemacht, daß alte Leute, welche mit Kindern oder jungen Leuten zusammenschliefen, ein Mittel darinne fanden, länger zu leben. Im Morgenlande hält man sich deßwegen noch jetzt häufig junge Beischläferinnen. Die Sache ist gegründet. Der saftleere trockne Körper empfängt von der eingesogenen Ausdünstung des vollsaftigen Schlafgefährten noch manchen brauchbaren Stoff, da in der Ausdünstung bekanntlich vermöge der Form, in der sich die Maschine hier unnützer Theile entledigt, auch mancher nützlicher fortgehen muß. Allein freilich kommt das so gemißbrauchte junge Subjekt um eben

so viel schlimmer weg, als das alte Vortheil davon hat. Vorzüglich warne ich hier dagegen, die kleinen Kinder nicht bei ihren Großmüttern ꝛc. schlafen zu lassen, wie es so manchmal zu geschehen pflegt. Die junge Pflanze würde welken, wie der alte Baum, der ihr mit wenigem Vortheil seine Säfte entzöge, und schlechte dafür zurückgäbe. In jedem Falle, das sieht man ein, wird eine getrennte Schlafstätte überall zu empfehlen seyn, aber eine doppelte nur in wenigen Fällen als unschädlich betrachtet werden können. Daß nirgends auch in anderer Hinsicht darauf mehr muß gesehen werden, als in Lazarethen, Waisenhäusern, und dergl. versteht sich von selbst. Wenn denn ungeachtet hier dagegen auf die unverzeihlichste Art gesündigt wurde — wie im Pariser Hospital, Hotel de Dieu, wo vier in einem Bette liegen, so ist dieß mit eine der gewöhnlichen Schwachheiten des Menschen, das am ersten zu thun, was man am wenigsten thun sollte. Allerdings wäre es besser, in Ermangelung von Betten lieber auf Stroh zu liegen, als in so vieler Gesellschaft.

Ueber den Gebrauch der Betten ist jetzt ebenfalls manche Streitigkeit. Die hohen Preise der Federn zeigen freilich, daß sie mehr noch in den Köpfen der Streiter als im gemeinen Le-

den selbst Statt finde. Im Sommer, das ist keinem Zweifel unterworfen, hitzen die Federbetten zu stark, erregen zu starke Ausdünstung, und sind also schon deßwegen nachtheilig. Reinigung derselben ist ebenfalls schwer; so schaden sie also auch mittelbar dadurch, daß sie die Ausdünstung leicht wieder in den Körper übergehen lassen. So sind in jedem Falle Matratzen von Pferdehaaren, von recht ausgetrocknetem Moose, selbst von Häcksel zur Unterlage, und eine Decke von Flanell, Frieß, mit Kattun oder eine Leinewand überzogen, im Sommer den Betten vorzuziehen; überhaupt sind sie vorzuziehen, wo eine starke Neigung zum Schweiße Statt findet, ohne daß diese in etwas anderm, als einer empfindlichen Haut ihren Grund hat. Im Winter ist freilich dieser Gebrauch in einem kalten Schlafzimmer nicht für jeden rathsam: besser ist es hier, ein mäßig dickes Unter- und Deckbett zu benutzen. Freilich darf man nicht etwa glauben, daß ein übertriebener Luxus, der sich in aufgethürmten Betten zeigen will, ein für die Gesundheit zuträgliches Mittel sey. In Bezug auf Kinder werde ich das Nöthige im andern Abschnitte erwähnen.

Auf reine, gesunde Luft muß man im Schlafzimmer, wie ich schon erwähnte, vorzüg-

lich

lich sehen. Oekonomische Verhältnisse, zahlreiche Familie, und andere Umstände legen hier nicht selten Hindernisse bei der Auswahl in den Weg, die unüberwindlich sind. In solchem Falle sorge man nur wenigstens für einen oder einige Ventilatoren, die des Nachts immer in Thätigkeit seyn und die Luft erneuern können. Im Sommer, da, wo kein Zug Statt findet, wenn der Wind nicht gerade stürmt oder herein stürmt, kann man auch ohne Bedenken ein oder ein Paar Fenster auflassen.

Soll man im Winter das Bette, und wie soll man es erwärmen?

Diese Frage muß für manchen zärtlichen Städter bedeutendes Interesse haben. Gesunde, daran nicht gewöhnte würden thöricht handeln, sich ihr Bette auswärmen zu lassen. Dagegen aber ist dieser Gebrauch alten Personen zu empfehlen, die wenig natürliche Wärme mehr haben, solchen, die nicht daran gewöhnt sind, eine schnell abwechselnde Temperatur so ohne Nachtheil zu vertragen, und, aus der warmen Kleidung in das ganz kalte Bett kommend, ungemeine Schwierigkeit finden würden, einzuschlafen. Ferner ist es dann fast nicht zu vermeiden, wenn die Betten selbst in einem kalten Zimmer stehen und feuchte sind. Sie schaden dann der Gesundheit ungemein, und nur in der

Erwärmung derselben, in der Entfernung ihrer Feuchtigkeit durch Wärme läßt sich ein solcher Nachtheil verhüten. Was die besten Mittel anbelangt, die Betten zu erwärmen, so verdient hier ohne Zweifel ein gewöhnlicher Serpentin= oder Ziegelstein empfohlen zu werden, den man im Bette hin und her bewegt. Man klagt die letztern nur immer an, daß sie leicht das Bett versengen; in diesem Falle hat man freilich so etwas nicht von einer Flasche zu besorgen, die mit Sand oder heißem Wasser gefüllt ist. Wenn man von den letztern besorgt, daß Feuchtigkeit ausdünste, so irrt man sich. Einige haben die Gewohnheit, ihre steinernen, zinnernen oder kupfernen Flaschen den ganzen Tag auf dem heißen Ofen stehn zu lassen, um sie nun Abends sogleich gebrauchen zu können. Wenn sie nicht zugepfropft sind, so ist dagegen nichts einzuwenden, nur hüte man sich, das entgegengesetzte zu thun, man läuft Gefahr, daß die Flasche springt, und dadurch den größten Schaden anrichtet. Erst im verflossenen Jahre wurde in einem öffentlichen Blatte so ein warnendes Beispiel erzählt *).

Die Nacht ist für den Genuß der Ruhe, der Tag für die Arbeit bestimmt. Ist, diesem

---

*) Voigts Magazin der Physik.

einfachen Grundsatze zufolge, der Mittagsschlaf nützlich oder schädlich? Keines von beiden kann als unmittelbar behauptet werden. Wir wissen, wie der Schlaf gebildet, erzeugt wird. Die vielen Reize, welche ununterbrochen auf die Lebenskraft einwirken, machen, daß diese am Ende jenen nicht mehr entgegenwirken kann. So bildet sich der Schlaf, wenn das den Tag über geschahe, in Bezug auf die Nacht; so wird er sich den Mittag bilden, wenn dieses Verhältniß den Vormittag schon Statt fand. Wer frühe aufsteht, viel arbeitet, sei es nun körperliche oder geistige Beschäftigung, und obendrein nicht in dem Zustande ist, daß seine Lebenskraft lange unerschöpft bleibt, sey dieß nun Folge einer Gewohnheit oder eines schwächlichen Körpers überhaupt, dem wird nun ein Mittagsschlaf nicht allein ungemein wohlthätig, sondern auch fast eben so unentbehrlich seyn, als der des Nachts. Es kommt hier mehr auf die Umstände an, als man im Allgemeinen zu glauben geneigt ist. Fette, gutgenährte Leute, solche, die an sich träge, faul, schlaffüchtig sind und wenig arbeiten, werden im Mittagsschlafe nichts weiter als ein um so sicheres Mittel finden, ihre Corpulenz zu vermehren, inwiefern der Schlaf vornämlich die Ernährung begünstigt; die Blutmenge wird noch größer werden, und sie werden, wenn sie wohl gar von Natur ein wenig untergesetzt

sind, einen kurzen Hals und dicken Kopf haben, die Neigung zum Schlagflüsse, die ihnen dann eigen ist, noch mehr begründen.

Der Gelehrte, der Künstler, der Greis jedes Standes, wird den Mittagsschlaf als ungemein heilsam kennen lernen. Nothwendigkeit und natürliche Neigung werden ihm ein einfaches Mittel darinne zeigen, sich von den Anstrengungen zu erholen, denen er früh schon sich opfern mußte, seine Verdauung, seine Ernährung begründen.

Zweiter Abschnitt.

Besondere Bedingungen

für Erhaltung der Gesundheit und Abhaltung der Krankheit.

Zweiter Abschnitt.

Besondere Bedingungen zur Erhaltung der Gesundheit und Verhütung der Krankheiten.

Vorerinnerung.

Wir sahen, wie das menschliche Leben erhalten wurde, wie es abhängig war von den dem Körper gegebenen, seinen Bestandtheilen inhärirenden Kräften, und denen, die von außen und im Körper darauf thätig waren. Ein gehöriges Verhältniß dieser Kräfte zu einander bestimmt den Begriff der Gesundheit. Wirken die Außenverhältnisse zu sehr ein, so haben wir Schmerz, die Verrichtungen der Theile, die so in Thätigkeit gesetzt wurden, gehen zu rasch, zu kraftvoll von

statten; das kann nicht lange von Dauer seyn, wenn sie nicht in ihrer Fähigkeit ganz vernichtet oder mehr oder weniger, wenigstens beeinträchtigt werden sollen. Mit dem Verhältnisse, wo die Außendinge, die man Reize nennt, auf die entgegengesetzte Art, zu wenig einwirken, wird ein nicht geringerer Nachtheil zugefügt, der oft dem Anschein nach gleich mit dem vorigen, oft in der Form davon abweichend, aber an Gefahr nicht unbedeutender ist. Daß auf beiden Wegen, wenn ein solches Mißverhältniß dem Grade oder der Dauer nach allzu bedeutend ist, das Leben selbst aufgehoben, und der einzelne Theil, oder der ganze Körper ersterben kann — beim einzelnen Theile heißt eine solche Vernichtung Brand — wissen wir auch schon.

Es sind diese Bedingungen bei allen Menschen anwendbar. Das Leben und die Gesundheit des Greises, wie des Kindes, des Mannes, des Weibes, ist ihnen unterworfen. Indessen ist nicht zu leugnen, daß aus den verschiedenen Verhältnissen des Organismus auch verschiedene Verhältnisse für Beförderung der Gesundheit, der Krankheit hervorgehen. Daß der Mensch

lebt, hängt von der Einwirkung der Kräfte, die wir Reize nennen, auf die in seinem Körper gegründete Kraft ab; und die Einwirkung jener auf diese geschieht, wodurch? — Durch die Theile des Körpers selbst. Je nachdem diese beschaffen sind, je nachdem wird auch diese Einwirkung modifirt seyn. Man kann davon sich leicht durch einige Beispiele überzeugen. Pfeffer, Meerrettig, alle Gewürze brennen in kleiner Menge schon auf der Zunge sehr heftig, wie wenig spürt man ihre Wirkung im Magen? Woher kommt dieß? Weil die Einrichtung der Zunge von der des Magens ganz verschieden ist, und diese Verschiedenheit also auch eine verschiedene Einwirkung des Reizes wahrnehmen läßt. Wenn nun eine solche verschiedene Wirkung in den einzelnen in ihrer Bildung von einander abweichenden Theilen desselben Körpers verursacht wird, so ist davon leicht der Schluß zu machen, daß nun eben so bedeutende Verhältnisse entstehen müssen, wenn unter zwei gegebenen Menschen überhaupt, in Bezug auf den ganzen Körper, oder nur in Beziehung auf einen einzelnen Theil so eine Verschiedenheit des kunstreichen Baues obwaltet.

Und so ist es denn auch; so nehmen wir daher auch verschiedene Erscheinungen wahr, wenn wir untersuchen, wie dem einen das bekomme, und wie der andere sich gegen jenes verhält. So sehen wir, daß das Kind nichts oder nur wenig von dem leidet, was dem Greise sehr viel schadet, oder wohl gar tödtlich wird; daß der Mann manche Eindrücke ohne allen oder nur sehr geringen Nachtheil für seine Gesundheit verträgt, was dem Weibe ungemein gefährlich ist, und umgekehrt, daß diese an einer Menge Beschwerden leidet, die in ihrem organischen Baue gegründet sind, von welchen der Mann nichts weis.

Eine andere Quelle von Krankheiten kann, wenn man dagegen nicht vorsichtig ist, sich daraus erzeugen. Es ist, wie nun schon oft erinnert worden ist, eine ausgemachte Sache, daß Gesundheit zunächst von einem gehörigen Verhältniß abhängig sey, in welchem die Einwirkung der Außenverhältnisse, durch welche die Lebenskraft, und mithin der Körper oder ein Theil desselben in Thätigkeit gesetzt wird, zu der letztern selbst stehen muß. Bis jetzt ist von diesem gehörigen Verhältnisse nicht vielleicht in der Seele jedes

Lesers eine vollkommen deutliche Idee da gewe-
sen. Etwas deutlicher wird sie werden, wenn
ich jetzt ihnen sage:

Je jünger der Mensch ist, desto leichter kann auch seine Lebenskraft in Thätigkeit gesetzt werden, desto empfänglicher ist er, mit andern Worten, für die Reize, die in ihm wirken, die auf ihn wirken; desto erregbarer ist er. Je älter er ist, desto mehr findet auch das entgegengesetzte Verhältniß Statt. Was vom Alter gilt, gilt auch — wiewohl in etwas eingeschränkterem Maaße, von dem Geschlechte. Weniger empfänglich ist das männliche, ungleich mehr das weibliche. Wenigstens gilt dieses im Allgemeinen, und Ausnahmen können hier zwar oft vorkommen, vorzüglich auf dem Lande, aber doch die Regel nicht selbst umstoßen.

Endlich dürfen wir denn auch den dritten hierher gehörigen Umstand nicht zu erinnern vergessen. Nicht selten wirken auf den Körper Reize ein, die, wenn man sie nicht abzuhalten, ihre Wirkung zu vernichten versteht, unausbleiblich Krankheiten nach sich ziehen. Bei einigen Menschen ist dieß die Folge von solchen Außendingen, die für das ganze Geschlecht ganz unbedeutend

oder doch wenigstens nicht nachtheilig sind, und gemeiniglich beruht es denn auf ganz unerkannten Verhältnissen, die man mit dem Namen Idiosynkrasie (besondere Art zu empfinden) bezeichnet. Andere Reize sind aber von der Art, daß in der That so etwas nicht Statt findet. Es gehören hierhin die epidemischen Krankheitsreize, Luftbeschaffenheiten u. s. f. die viele Menschen zu gleicher Zeit ergreifen, und gegen welche man sich oft mit aller Mühe nicht oder kaum schützen kann. Man sieht, daß sich über alle diese Dinge nicht wenig interessantes wird sagen lassen.

I.

Wie der Mensch in den verschiedenen Perioden des Lebens gegen Krankheiten zu sichern ist.

Der Bau des Menschen ist, je nachdem wir ihn als Kind oder Knaben, Mann oder Greis betrachten, in Bezug auf die Form und auf die Bestandtheile ungemein verschieden; es ist auch, wie wir so eben hörten, ein ungemein großer Unterschied, wie sich der jugendliche Körper, und wie sich der ältere gegen äußere Eindrücke verhält. Das alles macht denn nun, daß im jugendlichen Alter Gefahr von Krankheiten drohen können, von welchen der ältere Mensch nichts weis, und umgekehrt. Wir wollen zuerst die Beschaffenheit des Kindes, d. h. hier, zunächst des Säuglings, und dann des schon etwas erwachsenern genauer kennen lernen. Der kleine Aufenthalt, den dieß verursacht, wird uns um so mehr in der Folge dadurch nützlich werden, daß wir die Gründe für ein empfohlnes Verfahren oder gegen ein gewöhnliches sogleich durch einen Blick auf das Gesagte finden werden.

Schlaffheit aller festen Theile, Ueberfluß der flüssigen, eine größere eigenthümliche Wärme, daß sind im Allgemeinen die Eigenschaften des Kindes, welches sein erstes Lebensalter angetreten hat.

Einige Theile sind verhältnißmäßig viel größer als die andern, z. B. der Kopf. Die Knochen sind fast alle noch Knorpel, und bestehen, da, wo sie schon verknöchert sind, doch wenigstens aus mehrern, durch Knorpelsubstanz untereinander verbundenen Theilen. Die Sinnenwerkzeuge sind anfangs, bis zu Ende der ersten drei, vier, auch wohl fünf Monate ganz unthätig, wenn man höchstens den Geschmack ausnimmt, der sich schon im ersten Monat auszubilden anfängt. Dieses Verhältniß des organischen Baues wird mit dem Ende des ersten halben Jahres ein wenig dadurch abgeändert, daß die Sinnenwerkzeuge eine größere Thätigkeit bekommen, daß die Zähne nun hervorzubrechen anfangen, die bis dahin ganz fehlten. Viel beträgt es indessen doch immer nicht. Erst mit dem Knabenalter, erst mit dem Mädchenalter ist dieses Verhältniß auf eine merkliche Art abgeändert. Erst hier, im zehnten Jahre ungefähr, kann man die zweite, wichtige Lebensperiode anfangen.

Um zunächst bei dieser stehen zu bleiben, so lehrt uns eine geringe Aufmerksamkeit, daß diese

Beschaffenheit des organischen Baues, verbunden mit der schon erwähnten, diesem Alter eigenen ungemein hohen Reizbarkeit, eine Menge eigener Erscheinungen herbei führen muß, herbei führen kann, welche nichts weniger, als immer erwünscht seyn werden, deren Verhütung für Eltern ein ungemein wichtiger Gegenstand seyn muß. Wer weis nicht, wie sehr leicht Kinder von den fürchterlichsten Krämpfen ergriffen werden, und nur gar zu leicht ihr Leben dadurch verlieren? Wem ist es nicht bekannt, wie manches an Wassersucht des Kopfes, an verstopften Drüsen des Unterleibes leidet? Wie viele klagen nicht über die schiefen Rückgrade, über die krummen Beine ꝛc. ihrer Kinder? Wie manches stirbt nicht an entkräftenden Durchfällen? Es ist eine bekannte Sache, daß die größte Anzahl der Gebohrnen vor dem zehnten Jahre schon den Schauplatz wieder verläßt, den es kaum hatte kennen lernen, und vielleicht nur als einen Quell der Leiden hatte betrachten können. Daß die Eigenthümlichkeit des organischen Baues in diesem Alter einem großen Theile nach daran schuld sey, wer vermag das zu leugnen? daß aber auch zu wenig auf jene einfachen organischen Verhältnisse Rücksicht in der Behandlung, in der physischen und moralischen Erziehung Rücksicht genommen wird, ist eine eben so traurige Wahrheit.

Ich will mich bemühen, einfach und deutlich und so kurz, als ich hier zufolge des allgemeinen Umrisses, den ich mir bei Ausarbeitung dieser Schrift vorzeichnete, seyn kann, die Grundsätze aus einander zu setzen, die bei der Behandlung der Kinder befolgt werden müssen und aus den angegebenen Beschaffenheiten ihres organischen Baues sich leicht von jedem Unbefangenen werden herausziehen lassen.

Unsern Kindern ist eine schlaffe, sehr nachgiebige Faser, eine Nachgiebigkeit aller festen Theile eigen. Wohlan, gute Mutter, so siehst du, wie sehr es darauf ankommt, bei deinem Kinde jeden Druck zu verhüten, der auf diese so nachgiebigen Theile gemacht werden kann; so siehst du, wie nothwendig es ist, dein Kind nicht mit einer zähen, kleistrigen Nahrung zu überfüllen, die seine schwachen Gedärme im eigentlichen Sinne verkleistern kann, in wiefern diese nicht Kraft genung besitzen, sich so zusammenzuziehen, daß jeder Rest des eingebrachten Breies wieder entfernt werde, die die zarten, feinen Gefäße und Drüsen verstopfen werden, welche zur Aufsaugung des Nahrungsstoffes aus den Gedärmen bestimmt sind. Du wirst ihm keine Nahrung geben, die von der Art ist, daß sie, wenn sie etwas länger im Magen bleibt, als es seyn sollte, dieses oder jenes Verderbniß annimmt. Ich will

mich

mich über diese drei Punkte etwas näher erklären.

Man hat soviel gegen das Einwickeln in viele Federbetten, und Windelschnuren, in Leibchen, oder Schnürbrüste ꝛc. geeifert. Der Genfer, Rousseau, machte den Anfang, durch Klagen die Mütter auf diesen Punkt aufmerksam zu machen, ihnen durch das Beispiel ganzer Nationen alter und neuer Zeit zu zeigen, wie der Mensch gesund, groß, und was hier die Hauptsache ist, gerade werden könne, ohne gewickelt, geschnürt und gepeinigt zu seyn. Man hat nach ihm darauf aufmerksam gemacht, daß es das größte Misverhältniß ist, wie der neugebohrne Mensch von seiner Geburt und wie er nach seiner Geburt behandelt wird. Die Natur, sagt ein Arzt, hat, um das Wachsthum des kindlichen Korpers zu befördern, denselben weich und biegsam gebildet, und so lange er im Mutterleibe ist, mit Flüssigkeiten ihn von allen Seiten umgeben, damit er auch hier nicht gepreßt werde. Und jetzt soll nun der arme dem Leibe der Mutter entronnene Säugling so unmittelbar in feste Banden geschlagen werden? Welches Mißverhältniß? welches tollkühne Verfahren, möcht' ich sagen, wenn man bedenkt, wie viel besser die Natur es weis, was ihren Geschöpfen gut und heilsam ist, und welche Weisheit dazu gehört, sie

in ihren guten Absichten zu leiten. Man hat jetzt auch solchen Vorstellungen Gehör gegeben; vernünftige Mütter wickeln ihre Kinder in eine Matratze, sie schnüren sie nicht mehr. Nur hier und da spuckt noch, zumal in kleinern Städten, eine Hebamme, die vermeinte Erfahrung und Zutrauen genung besitzt, den besorgten und schwachen Müttern Mißtrauen gegen solche Neuerungen einzuflößen, die doch durch die Natur der Sache, wenn man nur halbwege die Vernunft um Rath fragt, selbst an die Hand gegeben werden.

Wer nun zu solchen an sich vielleicht guten und biedern Frauen mehr Zutrauen hat, als zu den erfahrensten und achtungswerthesten Aerzten, dem kann man nun freilich auch darüber nichts sagen und muß sich nur freuen, daß es dergleichen nicht leicht allzuviel mehr geben kann.

Ohne mich hierbei noch lange aufzuhalten, mache ich dagegen noch auf einen andern Umstand aufmerksam, der den Aerzten meistentheils entgangen zu seyn scheint. Es ist die zu frühe Uebung der Körperkräfte, die man so gern bei Kindern Statt finden läßt; es sieht zu allerliebst aus, wenn das Kind uns entgegen läuft, und deßwegen kann man nicht den schicklichen Augenblick erwarten, wo die Natur selbst den Wink dazu giebt. Eigentlich sollte kein Kind das Laufen durch eine Magd oder Amme, durch den Lauf-

zaum oder im Laufstuhle lernen; nicht zu gedenken, daß es Erwachsenen unnöthige Mühe verursacht; nicht zu gedenken, daß die beiden zuletzt erwähnten Hülfsmittel das Kind der Gefahr aussetzen, schief, verwachsen in der Brust, im Rückgrad zu werden, so ist hierbei allemal theils zu frühe, theils zu große Anstrengung. Erst zu Ende des ersten Lebensjahres sind die Knochen des Fußes so verknorpelt, daß sie vermögend sind, die Last des ganzen Körpers zu tragen, ohne durch die ihnen vorher eigne Weichheit krumm zu werden. Wenn dieser Zeitpunkt eintritt, dann erwacht auch im Kinde die Begierde von selbst, sich den Erwachsenen gleich zu stellen. Ehe man es sich versieht, hat das Kriechen auf allen vier Extremitäten sich in ein keckes Aufrichten und ein muthiges Fortschreiten verwandelt, und der kleine Nachtheil, daß es nur einige Wochen, einen Monat später, wie bei der künstlichen Uebung eintritt, laufen lernt, wird tausendfach durch den großen Vortheil vergütet, daß man dagegen auch nichts von krummen Beinen wahrnimmt, daß ein Kind, welches das Laufen durch sich selbst lernt, auch viel sicherer und muthiger wird, als das dazu von der Wärterin angehaltene. *)

*) Man bedient sich gewöhnlich, um die Kinder gehen zu lehren, des **Leitbands** und des **Gängel-**

II.

Fortsetzung.

Was den andern erwähnten Punkt, die Nahrung, anbelangt, welche einem Kinde zu reichen ist, so muß sie, wie ich schon sagte, durchaus so beschaffen seyn, daß sie mit leichter Mühe von dem Magen und den Därmen fortbewegt werden kann und weder diese, noch die zarten auffsaugenden Gefäße verstopft, noch etwa, bei längerm Verweilen darinne eine Eigenschaft annimmt, welche sie nur mit großem Nachtheil des Organismus behaupten könnte.

---

wagens. Es ist doch auffallend, daß man die Kinder das Gehen lehren will; als wenn irgend ein Mensch aus Mangel an Unterricht nicht hätte gehen können. Die Leitbänder sind besonders sehr schädlich. Ein Schriftsteller klagte einst über Engbrüstigkeit, die er bloß dem Leitbande zuschrieb. Denn da ein Kind nach allem greift und alles noch von der Erde aufhebt, so legt es sich mit der Brust ins Leitband. Da die Brust aber noch weich ist, so wird sie platt gedrückt, und behält nachher auch diese Form. Kant über Pädagogik. 1803. Eine Schrift, die den baldigen Verlust dieses Weisen wiederum von neuem bedauern läßt.

Die Natur hat an sich für ihr Geschöpf sehr weise, sehr mütterlich gesorgt. Am Busen der Mutter sollte es die Nahrung finden, die, da es selbst noch nicht große Verdauungskräfte besitzet, schon dem größten Theile nach dazu vorbereitet ist, in die Säfte übergeführet zu werden. Das Kind bedarf, bis die Zähne hervorbrechen, bis dadurch selbst der Fingerzeig gegeben ist, daß nun der Anfang soll gemacht werden, als selbstständiges Geschöpf das Kind erscheinen zu lassen, keiner andern Nahrung, als einer hinreichenden Menge der süßen Muttermilch. Allein eine Gewohnheit, die zum Theil ungemein schädlich ist, stopft sie hier noch mit fetten Mehlmüßen und dort mit Semmeln und Zwiebackbreien voll. Eine andere Mutter hat nicht vollauf Milch genung, um ihr Kind damit zu ernähren, sie muß also noch dazu greifen; eine andere will oder kann gar nicht säugen und hat oder sucht keine Gelegenheit, eine gute Amme zu bekommen. Steht das eine oder das andere im Wege, den Winken der Natur ganz zu gehorchen, so suche man dann nur wenigstens eine Nahrung auf, die so leicht verdaulich ist, als es seyn kann. Gut ausgebackner Zwieback, Semmel, gerieben und mit etwas Fenchelthee zu einem Brei gemacht, der mehr dünn als dick ist, möchte hier vorzüglich passen. Auf dem Lande könnte man auch das Kind unter solchen Umständen mit

Thiermilch nähren, wozu sich die der Ziegen vielleicht am meisten schicken möchte. In der Stadt hält es meistens zu schwer, die Milch immer so unverfälscht und gut zu bekommen, als es für diesen Gebrauch nöthig ist.

Eine ähnliche Nahrung, z. B. Weizengriesbrei in Milch muß auch dann empfohlen werden, wenn nun nach Verlaufe des ersten Vierteljahres, der ersten vier, fünf Monate, bei einem gut und hinlänglich gesäugten Kinde der Grund zur Entwöhnung gemacht werden soll. Es ist ganz zweckwidrig, sie dann schon mit roher Pflanzenkost zu verderben, sey diese nun Obst oder selbstgekochtes Gemüße, wie es bei gemeinen Leuten nicht selten der Fall ist, die theils aus Noth, theils aus Unwissenheit die Gesundheit ihrer Kleinen untergraben. Der Magen läßt in diesem Alter diese ihm so wenig zusagenden Substanzen ungemein lange — verhältnißmäßig verweilen und daher entsteht denn nur gar zu leicht eine Säure, die bekanntermaßen nur gar zu oft eine Krankheit des kindlichen Alters ist. Obst, Gemüße und dergl. dürfen Kinder nicht eher essen, bis sie den größten Theil der Zähne haben; bis sie durch Laufen, Gehen, Sprechen u. s. f. theils mehr Gelegenheit, ihre Kräfte zu üben, erhalten, theils erlangt haben.

Der Zufluß der Säfte ist bei den Kindern vorzüglich nach dem Kopfe stark. Daß dieser beim Kinde verhältnißmäßig einen größern Umfang habe, als beim Erwachsenen, bedarf nur eines flüchtigen Anblicks. Es ist dieß die Folge der Gesetze, nach welchen die Natur in der Bildung des jungen Geschöpfs innerhalb dem Leibe seiner Mutter zu Werke ging. Ihr mußte daran liegen, daß die Werkzeuge, die für das Empfinden, Denken, und Begehren ꝛc. nöthig sind, früher ausgebildet würden, als die übrigen, weil bald nach seiner Geburt das Kind davon Gebrauch machen sollte. Das ist nun aber leicht einzusehn, daß, wenn dieser Zufluß der Säfte nach der Geburt nicht allein so fortdauert, wie er den organischen Gesetzen nach seyn soll, sondern im Gegentheil über Gebühr noch verstärkt wird, so hat dieses gewiß keine gleichgültigen Folgen. Aus dieser Ansicht muß das unvernünftige Warmhalten des Kopfes der Kinder getadelt werden, das vorzüglich auf dem Lande, in einem mindern Grade aber auch in den Städten Statt findet. Es ist gar nicht zu tadeln, daß man den Kopf des Kindes durch eine leichte Hülle im Winter gegen die Kälte, wenn das Kind ausgetragen wird, im Sommer gegen die sengenden Sonnenstrahlen oder den Regen schütze, allein ihn auch im Zimmer immer bedeckt zu erhalten, und darinne und außerhalb desſel-

ben recht warm bedeckt zu erhalten, ist in mehr, wie in einer Hinsicht nachtheilig.

Die Ausdünstung wird, zufolge des vermehrten Zuflusses, ungemein vermehrt, und da sie sich nicht, bei der Hülle, die überdieß vielleicht nicht einmal immer gereinigt wird, verbreiten kann, so entsteht ein wahres Dunstbad, sie verdirbt, Kopfgrind, Ausschlag am Kopfe ist die gewöhnliche Folge von ihr und der nicht selten zugleich mit obwaltenden Unreinlichkeit. Auf dem Lande walten hier vorzügliche Thorheiten ob. Der Bauerknabe geht baarfuß und eine dicke Pelzmütze schützt den brennendheißen stinkenden Kopf vor Erfrieren.

Die Masse der flüssigen Theile ist bei Kindern überhaupt größer, als die der festen, ihre Lebenswärme größer als bei Erwachsenen. Das Erstere hat zur natürlichen Folge, daß sie mehr und stärker ausdünsten, als diese; das letztere, daß sie weniger warm gekleidet zu seyn brauchen. So hütet Euch denn, besorgte Mütter, Eure Kinder so in Betten zu hüllen, unter deren Last sie ersticken möchten. Ein Wochenkind schlagt in eine wollene Matratze ein, es liege auf Heu oder Häckerling, worüber ihr eine Decke breitet; ein leichtes Federbettchen liege die Nacht darüber, wenn es kalte Witterung ist, und auch wohl am Tage, wenn ihr nicht heizen

wollt und könnt. Ist es so weit herangewachsen, daß es nicht mehr der Windeln bedarf, dann schlafe es auf einem mit Heu gefüllten Sacke und eine ähnliche leichte Federdecke schütze es. Wohlfeilheit, Reinlichkeit, Erhaltung der Gesundheit verbürgen gleich sehr diesen Rath. Welcher Dunst steigt der empfindlichen Nase eines an Reinlichkeit Gewöhnten entgegen, wenn das Wickelbette geöffnet wird, worinne sich die verdorbene Ausdünstung mit Urin und Kothausleerung paarte, den höchsten Gestank zu erzeugen! Wie stinken die Betten, die theils aus Mangel anderer, theils wegen zu vieler Mühe nicht hinlänglich gereinigt werden können und wie leicht kann diesem allen abgeholfen werden. Die gutmüthige Einfalt schreit über Unbarmherzigkeit gegen die armen Kleinen, die so auf einem Stroh- oder Heulager sanft und ruhig ihre ersten Lebenstage verschlummern. Lebten wir vor funfzig Jahren, ich würde Euch auf das Christuskind verweisen; dem es nicht besser ging. Jetzt sind dergl. Gründe nicht mehr, und das mit Recht, von Bedeutung. So mache ich denn jede Mutter darauf aufmerksam, daß ein Kind nichts vermissen kann, was es nicht kennt, daß es ihr frei steht, das Heu, den Häckerling, wenn er noch nicht weich genung scheint, mit trocknem Baum- oder Wiesenmoos oder den weichen Bärten des Schilfes zu vertauschen, Materialien

die in dieser Hinsicht ungemein wenig benutzt werden, und durch Wohlfeilheit, Weichheit und Dauer gleich sehr benutzt zu werden verdienen.

Reinlichkeit ist ein Haupterforderniß für die Erhaltung kindlicher Gesundheit und zwar eben in sofern die Ausdünstung hier stärker ist; eben in sofern dem zufolge gar sehr viel darauf ankommt, das dazu bestimmte Organ, die Haut, immer in gehörigem Zustande zu erhalten. Es ist unumgänglich nothwendig, daß das Kind im ersten Lebensjahre täglich gewaschen und wöchentlich wenigstens ein bis zweimal gebadet werde. Das letztere muß auch in den folgenden Jahren fortgesetzt werden. Das Wechseln desjenigen Kleidungsstückes, das unmittelbar die ausgedünsteten Stoffe aufnimmt, ich meine das Hemde, muß unumgänglich immer rein erhalten seyn. Manche Mutter badet und wäscht ihr Kind so sorgsam, aber sie sorgt nicht dafür, daß auch das Hemde rein und weiß sey. Das alte schmutzige wird wieder übergezogen und so wird das letzte Uebel noch ärger, als das erste, denn die nun geöffneten Poren der Haut saugen nun um desto leichter den alten Schmutz wieder ein und werden wieder durch den alten Unrath verdorben. Daß weiße Bettwäsche, reinliche Windeln bei ganz kleinen Kindern hier nicht vergessen werden dürfen, darf

kaum in Erinnerung gebracht werden. Daß man Kindern, die noch keine Zähne haben, den Brei, oder was man sonst giebt, nicht vorkauen, nicht vorher mit seinem Speichel vermischen darf, ist wohl kaum nöthig, zu erinnern. Es ist eben so unreinlich, unappetitlich, als, außer in den wenigen Fällen, wo völlige Gesundheit des Kauenden da ist, ungesund. Und selbst da fragt sichs noch, ob es nicht zu manchen Zeiten schädlich wird? Frühmorgens ist der Speichel der gesundesten Person übelriechend, und scharf. Zu dieser Zeit ist er also auch gewiß nachtheilig.

Was den sogenannten Zulp, den Nutschbeutel anbetrifft, so ist gegen seinen Gebrauch sehr geeifert worden. Es ist nicht zu leugnen, kann er entbehrt werden, so ist dieß das vortheilhafteste, und in den meisten Fällen, da vornämlich, wo gesäugt wird, kann ers, wenn man lieber das Kind einigemal so lange schreien läßt, bis es, sich selbst überlassen, so aufhört. Aber darinne liegt es; das arme Geschöpf soll nicht schreien, so giebt man ihm denn ein im Durchschnitte immer mehr schädliches als nützliches Beruhigungsmittel. Indessen bei denen, die ohne Brust müssen aufgezogen, früh entwöhnt werden, will es freilich nicht immer gehen. Dann sorge man nur, ihn nicht zu groß zu machen, um nicht zu einer ungewöhnlichen Größe

des Mundes Anlaß zu geben, die vorzüglich bei einem Mädchen in der Folge sehr unangenehm seyn könnte; man sorge nur, daß sie nicht durch Säure, durch Blähungen schaden oder das Kind gar ersticken machen. Im Betreff des ersten Punktes, der Säure, ist es unumgänglich nöthig, daß sie erstlich nie mehr, als einmal, und auch da nicht über eine Stunde bereitet und ganz ohne Zucker gelassen werden. Wenn man etwas geriebenen Zwieback in ein reinliches Leinwandläppchen bindet und dieses dann in warme Milch taucht, so wird dieses am wenigsten diese Verderbniß annehmen. Dadurch daß das Kind dieses Mittel nicht länger brauchen darf, als es unumgänglich nothwendig ist, wird auch zugleich das zweite, die Entstehung der Blähungsbeschwerden, gehindert, welche der Mangel an Süßigkeit ohne dieß noch verhüten wird. Ungemein vortheilhaft ist in Bezug auf das letzte, die Erstickungsgefahr, die kleine Mühe, mit einigen Stichen das Beutelchen an dem Brustläppchen anzunähen.

III.

Fortsetzung.

Die Reizempfänglichkeit ist im kindlichen Alter ungemein groß. Unter diesen Umständen sorge man denn dafür, ja nicht zu starke, ja nicht immer sehr starke Reize darauf einwirken zu lassen. Das eine könnte sehr leicht gefährliche, das andere doch eine zu starke Lebenskonsumtion zur Folge haben. Ich habe gelegentlich schon mehrere Winke darüber gegeben. Noch mehr darüber ausbreiten will ich mich jetzt. Es ist ganz unzweckmäßig, Kinder schon an die reizenden Getränke des Caffees, des Thees, des Weines wohl sogar zu gewöhnen; ihren Gaumen mit den gewürzhaften Brühen und Hautgouts zu kitzeln, die auf den Tischen der Erwachsenen und da nicht einmal mit Recht prangen. Selbst Fleischkost in großer Menge ist ihnen nicht zuträglich, denn die Säfte werden dadurch auf eine andere Art vermehrt, und dadurch die Summe der innern Reize gesteigert. Wenn die Kinder sich erst durch selbst gekaute Speisen erhalten können: so gebe man ihnen früh einige Schnitte gutes ausgebackenes Brot oder Semmel mit etwas frischer oder gar keiner Butter. Sind sie recht gesund und haben sie einen guten Magen, so kann man dazu einiges Obst mit rei-

chen. Zu Mittage sättige sie ein einfaches, kunstlos bereitetes Gemüße mit Brot und etwas zartem, gutem magern Fleische, das indessen auch mehreremal die Woche fehlen darf; zur Vesper, wie man sagt, sey das Gerichte wie des Morgens und auf den Abend sey eine Suppe, ein Gemüße mit Brot, eine Milch kalte Schaale ihre frugale Mahlzeit. Man sorge nur dafür, daß sie bei dieser Kost gehörig ihres Lebens froh werden, strenge ihren Geist nicht auf Unkosten ihres Körpers an, und denke in dieser Hinsicht mit Rousseau:

„Wollt ihr den Verstand Eures Zöglings bilden, so bildet zuerst die Kräfte, die von jenem beherrscht werden. Uebt seinen Körper beständig, macht ihn stark und gesund, um ihn weise und verständig zu machen. Laßt ihn thätig seyn, arbeiten, laufen, jubeln, beständig in Bewegung seyn.“ Vor dem siebenten Jahre sollten ernsthafterweise die Kinder zu Geistes anstrengenden Arbeiten gar nicht angehalten werden, und auch dann sollten ihre Schulen eben so gut für Bildung der Körperkräfte, als der Seelenfähigkeiten seyn. Viele Eltern in den niedrigen Ständen schicken ihre Kinder schon vom vierten Jahre an in die Schule, um sie nur aus dem Hause los zu seyn und keine Aufsicht über sie haben zu dürfen; das ist ihnen nun freilich denn

nicht zu verdenken, wenn sie wirklich in dem spärlichen Erwerbe ihrer Nahrung dadurch gehindert werden. Nähme man aber dabei auch nur auf dieses Bedürfniß Rücksicht und verpflichtete man diese zarten Pflanzen nicht zu einem stundenlangen Stillsitzen in einer dumpfigen, dunstigen heißen Stube. In Holland hat man eigentliche Spielschulen, d. h. solche, wo Eltern ihre Kinder hinsenden können, um sie der Aufsicht eines Mannes anzuvertrauen, der sie nun ihres Lebens froh seyn läßt. Wie die Einrichtung ist, ist mir unbekannt, daß die Idee aber untadelhaft und empfehlenswerth ist, gewiß. Würden allmählig diese Spielschulen in die des Unterrichts verwandelt, so wäre hier ein großer Schritt geschehen. Jedoch zurück von dieser Abschweifung.

Wenn ich die Eltern bat, ihre Kinder bei einer reizlosen Kost aufzuziehn, so steht vielleicht diesem Rathe die Erfahrung entgegen, daß Kinder nicht selten mit großem Wohlgefallen solche gewürzhafte Getränke und Speisen genießen; daß in Rußland das Brannteweintrinken bei der Jugend eben so gewöhnlich, als bei den Erwachsenen ist.

Was das Erstere anbelangt, so erklärt sich es sehr gut aus der Belebung, aus der Empfindung von Kraft, welche es ihren Organen verschafft, die an so etwas nicht gewöhnt sind;

aus der Nachahmungssucht, die die Kinder haben und der Begierde, sich den Erwachsenen in allem gleich zu stellen. In Bezug auf den letztern Punkt, wissen wir, daß in Rußland der Branntewein keine kleine Menge von Kindern tödtet; daß die Staatskundigen dieses Landes nur gar zu gut dieses wissen, der Volkssitte aber nur zu wenig entgegen zu arbeiten im Stande sind.

Vorzüglich sehe man denn auch am Schlusse dieser Materie darauf, die Speisen und Getränke den Kindern nie zu warm, eher immer etwas mehr kühle zu geben. Man muß, wie wir schon wissen, die Wärme immer als Reiz betrachten und so findet man denn auch diesen Grund einleuchtend.

IV.

Fortsetzung.

Indessen ist es ein nothwendiges Bedingniß für die Erhaltung der kindlichen Gesundheit, darauf zu sehen, den reizbaren Körper nicht zu sehr zu reizen, um theils unmittelbare Krankheit zu

ver-

verhüten, theils die Organe nicht früh abzustumpfen: so ist es dagegen auch einleuchtend, ja auch dafür zu sorgen, daß die Erregbarkeit ihres Körpers nicht zu wenig angeregt werde. Es würde dadurch jener Zustand der Empfindlichkeit erzeugt werden, der sie zu Pflanzen macht, welche die Kunst des Gärtners im Treibhause pflegte und die gegen jeden zu heißen Strahl der Sonne geschützt, gegen jeden kleinen Reif gesichert werden müssen, der sie außer ihrem Fenster treffen kann.

Die meisten Krankheiten der Kinder sind leider von dieser Art, und das darum, weil hier so manche Sorglosigkeit in der Auferziehung obwaltet.

Man sorge in dieser Hinsicht dafür, daß ihre nicht sehr reizende Nahrung leicht verdaulich sey; durch Vermeidung jener zähen, mehligen, fettigen Breie wird schon der größte Nachtheil vermieden werden; daß diese leicht verdauliche Nahrung nicht in zu großer Menge gereicht werde. Immer ist es besser, ein Kind ißt so, daß es noch Appetit zu etwas mehrern hat, als wenn es so ganz vollgestopft, wie eine gefüllte Taube keucht. Ihm steht es dagegen frei, eine, zwei Mahlzeiten des Tages mehr, als ein Erwachsener zu halten. Man sorge ferner dafür, daß die übrigen Verhältnisse die Ver-

dauung befördern, die Ausarbeitung eines gesunden Blutes befördern. Die schon gerühmte Bewegung, Erhaltung ihres Frohsinns, Munterkeit trägt hierzu am meisten bei.

Durch solche Verhältnisse wird es bewirkt werden, daß die Summe der innern Lebensreize gewiß nicht zu wenig sey. So sorge man denn auch ferner dafür, daß sie nicht unmittelbarer Weise vermindert werde. Hier ist so manches zu erinnern. Abführmittel — welche Hebamme hält es nicht gleich nach der Geburt für unentbehrlich, dem lieben Kindelein ein Rhabarbersäftchen zu geben, um einen Unrath aus den Gedärmen auszuführen, der theils das nicht ist, was er zu seyn scheint, theils von dem Genuß der Muttermilch selbst ausgeführt wird, welche zuerst dem Busen der Säugenden entströmt. Auch in der Folge, bei dem geringsten Anlasse, wo dem Kinde etwas fehlt, wird wieder zu einem ähnlichen Hülfsmittel geschritten. Kein Bläschen zeigt sich auf der Haut, da heißt es, es ist Unreinigkeit im Geblüte da und ein Abführmittel ist unentbehrlich; wenn wird man von solchen Thorheiten zurückkommen? Es ist nicht zu leugnen, der Arzt kann ihrer oft nicht entübrigt seyn; er muß sie oft geben, wo er weis, daß sie eher schaden, als nützen, um dann erst operiren zu können, wie es nöthig ist. Wenn sich in den

Gedärmen durch ungünstige Verhältnisse, die man leicht wird enträthseln können, Würmer angehäuft haben und zäher Schleim hier jede Oberfläche dieser Kanäle überzieht, dann muß er oft Böses mit Bösem vertreiben, um diese fremdartig gewordenen und als besonders schädlich reizenden Stoffe zu verbannen. Allein nie darf eins glauben, daß gar unreine Säfte, die auf die gewöhnlich gedachte Art gar nicht existiren, dadurch entfernt werden sollen?

Abgesehn hiervon, so trage man ferner dafür Sorge in dieser Hinsicht, daß Kinder immer, soviel es nur geschehn kann, den Genuß einer heitern, freien Luft haben, daß sie, sobald es nur geschehn kann, jeden Tag für einige Zeit das Zimmer verlassen. Hufeland bemerkt darüber sehr richtig:

„Es sollte uns ein heiliges, unverletzliches Gesetz seyn, keinen Tag vorbeigehen zu lassen, ohne dem Kinde den höchst wichtigen, belebenden Genuß der Luft verschafft zu haben. Dieser regelmäßige, tägliche Gebrauch ist zugleich das gewisseste Mittel, den Körper auch an rauhe, unfreundliche Luft zu gewöhnen und sie unschädlich zu machen. — In den ersten zwei Monaten ist allerdings Vorsicht nöthig und die Kinder des Frühlings, Sommers, fährt er bald darauf fort, haben darinn große Vorzüge, weil man sie weit

eher mit diesem Elemente bekannt machen, und darinne erhalten kann. Wenigstens rathe ich, in diesem Zeitpunkte windige und feuchte Witterung zu vermeiden. Sind aber die zwei ersten Monate überstanden und das Kind so viel als möglich mit der Luft bekannt gemacht, dann kehre man sich an keine Luft mehr, nur dem Kinde täglich, sey es auch nur ein halbes Stündchen, den wohlthätigen Eindruck der freien Luft zu geben, der ihm soviel, als eine täglich belebende und stärkende Arznei seyn wird."

Zum Theil nach diesem Grundsatze muß man des kalten Bades Gebrauch bei Kindern betrachten, das in einem gewissen Zeitraume als allgemein stärkend und abhärtend hier sowohl, als bei Erwachsenen gerühmt wurde. Es ist gewiß, daß Kälte ein sehr relativer Begriff ist, das heißt, daß ihre Einwirkung gar sehr von dem Zustande, der Gewohnheit u. s. f. desjenigen abhängt, der sie auf sich einwirken läßt. Indessen ist nicht zu leugnen, daß ein unvernünftiges Verfahren in dieser Hinsicht eben so viel Nachtheil stiften kann, als ein vorsichtiges Nutzen schafft. Kälte reizt weniger, als Wärme; so können denn bei einer Uebertreibung gar leicht die Folgen sich zeigen, die immer Statt finden, wenn der Organismus zu wenig in Thätigkeit gesetzt wurde; schon dieses ist Ursache genung, vor-

sichtig zu Werke zu gehen; nicht in den ersten Tagen, Wochen nach der Geburt sie einwirken zu lassen; nichts anders als ein Abwaschen mit kühlem Wasser, dann mit kaltem Wasser, endlich ein Sekunden, höchstens eine Minute lange dauerndes kühles — kaltes Bad anzuwenden. Ich würde das kalte Bad nur im Sommer, und zwar im Wasser Statt finden lassen, das schon einen vollen halben Tag den Sonnenstrahlen ausgesetzt gewesen und so erwärmt worden wäre; bei zärtlichen, schwächlichen, wenig genährten Kindern, verdiente das lauwarme Bad in jedem Falle den Vorzug.

Indessen solche nachtheilige Wirkungen das kalte Bad auch immerhin haben mag, unvorsichtig gebraucht, so hat es mit gehöriger Vorsicht dagegen doch auch den Vortheil, daß es die Haut weniger empfindlich gegen Katarrhe, weniger geneigt zu Flüssen mache, und also eine treffliche Schutzwehr gegen diese so allgemeinen Uebel verschaffe. Es ist in dieser Hinsicht wirklich nicht recht, daß man, nachdem man einsahe, Salzmanns Abhärtungsmethode sey gar leicht gefährlich, nur ganz davon zurückgekommen zu seyn scheint.

Es waren dieß die Wirkungen des kalten Bades einem Theile nur nach. Wirklich läßt es sich noch in anderer Hinsicht betrachten und wird

hier noch wichtiger vielleicht. Es entzieht dem Körper eine große Menge Wärmestoff und das um desto mehr, je kälter es ist. Dadurch wird der flüssige Bestandtheil, der vom Wärmestoff abhängig ist, eben so sehr vermindert, als der festere zunimmt; Stockungen, Zusammenziehungen, steife, spröde Fasern sind gar leicht die Folgen dann davon, wenn sich der Körper nicht dazu eignet, durch seine schwammige Struktnr eine solche Veränderung leicht zu ertragen, oder er nicht allmählig daran ist gewöhnt worden, ohne großen Eindruck die Kälte auf sich einwirken zu lassen. Man sieht ohne mein Erinnern ein, daß ein für allemal hieraus nicht wenig neue Gesichtspunkte eintreten, welche bei der Anwendung dieses so wichtigen, und eben darum hier eben so schädlichen, als dort nützlichen Mittels eintreten und daß Struve, der bekannte gegen nichts und für nichts eingenommene Schriftsteller, Recht hat, wenn er sagt:

„Man muß zwar die Kinder frühzeitig an die Kälte gewöhnen, allein nicht ohne Rücksicht auf die Beschaffenheit ihres Körpers, auf Jahrszeit und Himmelsstrich.“

Eine andere hierher gehörige Materie ist zum Theil schon in einer entgegengesetzten Hinsicht erwähnt worden. Wenn ich gegen die zu frühe Anstrengung der Seelenkräfte warnte,

wenn ich darauf bestand, Kinder bis zum sechsten, siebenten Jahre mit dem strengen Denken, Memoriren u. s. f. zu verschonen: so war stillschweigend denn auch darinne der Tadel, die Schilderung des Nachtheils enthalten, die schon damit aus der theils mittelbar, theils unmittelbar verknüpften Angst, Furcht, Zorn u. s. f. hat entstehen müssen. Wer würde nicht zur Veranlassung dieser Gefühle und Leidenschaften Gelegenheit haben müssen, wenn er zu jenen Geistesbeschäftigungen den Knaben, das Mädchen anhalten will, die nicht für ein solches Alter passen. Uebrigens versteht es sich denn auch wohl von selbst, daß, so viel es nur immer geht, auch in anderer Hinsicht jedes Kind vor solchen Leidenschaften verschont bleiben muß. Eine gute Erziehung hat ihrer nicht nöthig; sie weis sich durch Ernst aller der Mittel zu ersparen, welche die Strenge nöthig hat. Liebe und freundschaftliche Vermahnung dient ihr statt der Drohungen, welche die Furcht erregen. Indem sie einschränkt, wo der Leichtsinn der Jugend zu weit geht, weis sie wieder anzuspornen, wo der Trieb zum Guten schläft. Gern spräch ich von diesem allen mehr, wenn hier der Ort dazu da wäre.

V.

Fortsetzung.

Ich schließe diese Materie mit einer kleinen Berücksichtigung auf die erste Epoche, die von der Natur selbst durch das Zahnen im kindlichen Alter gemacht zu seyn scheint. Die Eltern fürchten es meistentheils nicht wenig. Der Zufälle, die diesen Ausbruch der wichtigsten Kauwerkzeuge begleiten, sind nach den Versicherungen der ältern Aerzte natürlich sehr viel, und selten bleibt ihnen zufolge ein Kind von ihnen allen verschont. In neuern Zeiten hat man die Idee des schweren Zahnens unter die Mährchen geworfen, und nur wenige haben dem alten Glauben angehangen. Freilich ist es gewiß, daß man keinen rechten Grund auffindet, den die Vernunft uns darüber an die Hand giebt, woher die Zufälle kommen sollen. Weder das Beispiel der Thiere, die ihre Zähne ohne Schmerzen bekommen, noch die Beschaffenheit der Kinnladen, noch die des Zahnfleisches, noch die der Zähne, giebt hier einen Aufschluß. Im Gegentheil macht das ohnedieß kränkliche Alter der Kinder, eine zufällige Verbindung der Krankheitserscheinungen mit dem Ausbruche der Zähne und so manches andere es ungemein wahrscheinlich, daß die Feinde des Glaubens am schweren

Zahnen im Allgemeinen recht haben, wenn sie behaupten, daß sorglose physische Erziehung, welche Krankheiten verursachen, nachlässige Beobachtung und Trägheit der Aerzte u. s. f. allein diese Idee so lange hätte in Schutz nehmen können. Im Allgemeinen, sage ich; denn an sich glaube ich doch, daß in der That wohl der Ausbruch der Zähne eine derjenigen Erscheinungen des menschlichen Organismus sei, welche weder allein nach den Gesetzen seiner Analogie mit dem thierischen, noch nach der sehr eingeschränkten physiologischen oder anatomischen Kenntniß, sondern im Gegentheil theils nach der freilich oft, doch nicht immer und bei jedem trüglichen Beobachtung und Erfahrung, theils nach der Uebersicht dessen beurtheilt werden muß, was eine Vergleichung der übrigen Umstände an die Hand giebt.

Es ist denn doch gewiß nicht zu vermuthen, daß jede Beobachtung falsch seyn soll, die von den Aerzten ist darüber gemacht worden, daß die Zahnung mit krankhaften Zufällen verknüpft wäre, und wo diese, was eigentlich hierher gehört, von der erstern als abhängig erschienen. Was die Vergleichung der übrigen Umstände an die Hand giebt, ist diese. In der Zeit, wo die Zahnung vor sich geht, erwacht das junge Geschöpf zuerst zum ordentlichen Genusse. Zähne, die ersten Töne, Gebrauch seiner Sinne und Be-

wegungswerkzeuge, Gefühl, sey es auch nur dunkles, seines Werths, beim Weinen, das alles ist, wie es scheint, das Werk weniger Augenblicke. Mag es immerhin seyn, daß schon bis dahin die Natur vorbereitet hat, das ist denn doch fast durch den Augenschein bewiesen, daß es Momente giebt, wo sie einen höhern Schwung zu nehmen, und alle die Kräfte, die ihr eigen sind, zusammenzuraffen strebt. Und wenn das ist, wenn es sich durch eine Menge fast gleichzeitig erscheinender Zufälle, Aeußerungen wahrnehmbar macht: was ist denn da natürlicher, als daß in der so reizbaren und leicht beweglichen kindlichen Maschine auch solche mit auftreten, welche die Form von Krankheit annehmen? Ich bin fest überzeugt, nicht immer ist das schwere Zahnen aus der Luft gegriffen, wenn es auch sehr oft geschehen ist, am wenigsten läßt sich des zuletzt angegebenen Grundes wegen die ganze Sache aus Gründen der Vernunft leugnen, welche überdieß nicht so unbedingt den Aussprüchen ruhiger Beobachtung und sicherer Erfahrung widersprechen darf.

Unter solchen Umständen erwächst daher immer jeder Mutter die Pflicht, darauf zu sehen, daß zu dieser Zeit hin, wo die Zähne hervorzukriechen anfangen, die Gesundheit des Kindes zufolge der angeführten Grundsätze gegen jeden Nach-

theil gesichert werde, und zwar um so sorgfälti- ger, je leichter sie hier gefährdet werden kann. Genuß freier Luft, Mäßigkeit in der ihrem Al- ter entsprechenden Nahrung, wo möglich muß diese Müttermilch noch seyn, und Güte dersel- ben; Reinlichkeit, Vermeidung zu großer Wärme dienen hierzu vorzüglich. Es ist noch so manches angerathen worden, was ich hier nur als über- flüssig, unnöthig, zweifelhaft erwähnen will. Hierhin gehört z. B. das Bestreichen des Zahn- fleisches mit Zitronensäure, mit Oel. Beides hat Lobredner gefunden, ohne daß es sehr empfeh- lungswerth wäre. Manche rathen, das Zahn- fleisch über dem durchbrechenden Zahn aufzuschli- tzen, ohne daß sie die Schwierigkeiten zu schätzen scheinen, welche damit verbunden sind. Ist der Körper sehr reizbar, mit Fieberzufällen dann be- haftet, wenn mehrere Zähne etwa zusammen durchbrechen, so mindert gewöhnlich diese Zufälle nichts sicherer, als der öftere zum wenigsten tägliche Gebrauch des lauwarmen Bades, nach dessen Anwendung der Körper mit etwas Bran- tewein abgewaschen werden kann, den man mit zwei Theilen warmen Wassers verdünnt. Durch- fälle, welche ebenfalls nicht selten um diese Pe- riode erscheinen, und sehr entkräftend sind, kön- nen, aus derselben Ursache entstanden, ebenfalls durch kein besseres Mittel erleichtert und vermin- dert werden, als durch dieses, das dann ebenfalls

mit dem Reiben des Unterleibes und Rückens mit Brantewein verbunden werden muß. Ein Klystier von guter Fleischbrühe mit einem Eidotter thut dann ebenfalls sehr wohl.

VI.

Mannbarkeit.

Allmählig vermindern sich einige jener Eigenschaften, welche dem kindlichen Alter eigen sind, während andere theils zurückbleiben, theils sich zu den zurückbleibenden gesellen. Der Körper des Kindes wird nun fester und fester, die Zähne sind alle ausgebrochen, allmählig folgt, fast ohne alle Schmerzen der Verlust derselben, um einer neuen für das ganze Leben bestimmten Ordnung Raum zu geben; die Struktur wird, vorzüglich in dem Körper des Mannes fester und stärker, indem sich der flüssige Bestandtheil vermindert, um den Körper zu den Bewegungen, Beschwerden geschickt zu machen, welche er nun beim Bearbeiten seines Bodens, bei Ausübung seiner häuslichen Beschäftigungen übernehmen muß. Wenn auch noch jetzt der Eindruck, den Außendinge machen, sehr bedeutende Rückwirkungen in dem belebten Organismus hervorgehen läßt: so

ist doch dagegen auch hier wiederum wahrzunehmen, daß es nicht in dem Grade Statt findet, welchen wir im kindlichen Alter wahrnehmen.

Unter diesen Umständen ist denn nun freilich diese Lebensperiode vom zehnten bis zum zwanzigsten Jahre an, die Gesundheit um vieles mehr gesichert; gegründeter ist die Hoffnung für die Erhaltung des Lebens, als es bisher gewesen war. Indessen erwachsen demungeachtet vermöge der in diesem Alter obwaltenden verschiedenen Eigenheiten einige Gefahren, gegen welche die Gesundheit oft nur mit Mühe gesichert werden kann; in welche sie nicht selten troß aller Mühe fällt, wenn die obwaltenden Nebenumstände zu bedeutend waren.

Eine von diesen beiden Eigenheiten ist das überwiegende Gewicht, das in dieser Periode die Leidenschaften über die Vernunft behaupten. Beiden Geschlechtern ist dieses gleich sehr gemein, doch so, daß das männliche meistentheils mehr durch den G r a d, das weibliche mehr durch die D a u e r gefährdet wird, in welchem diese Seelenreize auf die Kraft des Lebens einstürmen. Liebe, Haß, Eifersucht, Furcht, und wie sie weiter heißen, die Stürme, die in der Seele wüthen, nie sind sie heftiger, als in dieser Periode, und wie ein loderndes Feuer verzehren sie gar zu oft das Leben, oder untergraben es auf eine oft unverbesserliche Art. Gegen sie muß

hier das Bestreben am meisten gerichtet seyn. Wir wissen schon aus dem ersten Abschnitte, wie sie wirken, um hier nur darauf noch einmal besonders aufmerksam zu machen.

Jedes Geschlecht hat überdieß noch die Veränderungen zu berücksichtigen, die hier in dem Organismus vorzugehen pflegen. Bei dem männlichen bilden sich jezt die Zeugungsorgane aus; eine neue ungemein wichtige Feuchtigkeit wird in diesen abgesondert, der Saame. Die Stimme wird rauher, des Mannes würdiger, donnernder und gebieterischer, der Bart bricht hervor. Das weibliche Geschlecht hat bei Ausbildung derselben Werkzeuge und bei größerer Wölbung des Busens noch Gelegenheit, die Entstehung eines nur ihr eignen Blutflusses zu erfahren, dessen Entstehung ungemein leicht mit Schwierigkeiten verknüpft werden kann, welche unüberwindlich sind.

Daß alle Flüssigkeiten als ein den Körper belebender Reiz angesehn werden müssen, daß der Saame einer von denjenigen sey, die am meisten beleben, erregen, in Thätigkeit die Lebenskraft setzen, ist uns schon aus dem ersten Abschnitte erinnerlich. Kein Wunder, daß die Einwirkung dieses Reizes um so bedeutender ist, je mehr er bisher der thierischen Maschine ganz unbekannt gewesen war. So sehn wir denn auch im Körper und in der Seele die bedeutend-

sten Wirkungen hervorgehen. Um nur bei dem ersten stehen zu bleiben, so wird die große Lebhaftigkeit, die größere Kraftäußerung daher zu erörtern seyn. — Dasjenige, worauf es hier am meisten ankommt, besteht in der Verhütung der Nachtheile, welche daraus entstehen können, wenn diese so wichtige Feuchtigkeit entweder zu häufig ausgeleert, oder in zu großer Menge abgesondert und nicht ausgeleert, sondern allein wieder ins Blut zurückgeführt wird. Es ist über die Nachtheile, die aus der einen oder der andern Vernachlässigung entstehen, das Nöthige schon im ersten Abschnitte gesagt worden. Hier erinnere ich nur noch: Um die zu bedeutende Absonderung des Saamens zu verhüten, ist es durchaus nöthig, nicht etwa in einem trägen Leben beim Genuß der nährendsten Substanzen so zu vegetiren, wie es von so manchem zu geschehen pflegt, der keine gegenwärtigen Bedürfnisse kennt, welche der Beutel seines Vaters nicht herbeischaffte, der blind für die Zukunft ist und schwelgend seine Tage verträumt. In keiner Periode ist Thätigkeit des Körpers und des Geistes so nöthig für Erhaltung der Gesundheit, als in dieser, die Natur selbst ladet dazu ein; so folge man denn ihren Winken und glücklich wird dann die Revolution vorübergehen, die im Körper durch die entstandene Absonderung seiner wichtigsten Feuchtigkeit entstehen und sich von da

aus sogar auf die Seele verbreiten muß. Die Ausleerung des Saamens geschieht entweder freiwillig durch Beischlaf und solitäre Wollust oder unfreiwillig durch die sogenannten Saamenergießungen. Die Vermeidung der erstern beiden Arten ist ganz abhängig von dem Jüngling selbst. So sey denn die Sorgfalt des Vaters dahin gerichtet, daß er vor dem zwanzigsten Jahre durchaus nicht daran denke, die Rosen pflücken zu wollen, die nur dem keuschen Ehemanne aufbewahrt bleiben müssen. Später darf er wohl diese Freuden genießen, und je näher er schon dem vier und zwanzigsten Jahre ist, desto besser wird es dann für ihn seyn, nur nicht früher. Die Saamenfeuchtigkeit ist in den ersten Jahren der Mannbarkeit durchaus nicht zur Ausleerung, sondern dazu bestimmt, die Ausbildung der Körperfülle und Körperstärke zu bewirken, indem sie ins Blut wieder soll aufgenommen und hier als ein vorzüglicher Reiz thätig werden. Was die zweite Art der Ausleerung durch Onanie oder solitäre Wollust anbelangt, so ist über die großen Nachtheile, die dadurch vorzüglich zugezogen werden, schon soviel geschrieben, geeifert worden, daß ich es hier ganz mit Stillschweigen übergehen kann. In Bezug auf die unfreiwilligen Saamenergießungen ist zu bemerken. Der gesunde, kraftvolle Jüngling wird nie ganz von ihnen verschont bleiben. Jeden Monat wird

er

er gewiß eine oder zwei erfahren. Dieses wird ihm aber auch keinesweges schaden; im Gegentheil scheint es von der Natur selbst veranstaltet zu seyn, sich dieses Ueberflusses zu entledigen, wenn er zu sehr angehäuft wird. Es kommt nur darauf an, ihr häufiges, vielleicht jede Nacht wiederkehrendes, Erscheinen zu verhüten, denn in dem Falle würde es von jeder andern Art, wie die Saamenfeuchtigkeit verlohren geht, nicht verschieden seyn und gleiche Nachtheile erzeugen. Dieses zu verhüten beruht vornämlich darauf: 1) Die Absonderung des Saamens nicht durch den Genuß zu vieler nährenden Speisen zu befördern.

2) Die Wiederaufnahme des Abgesonderten ins Blut ein für allemal durch Arbeitsamkeit und Thätigkeit des Körpers zu befördern.

3) Alles zu vermeiden, was den Trieb der Säfte nach den Zeugungstheilen befördern, und also theils die Absonderung dieser Feuchtigkeit vermehren, theils die Ausleerung desselben verursachen kann. Hierhin gehören denn Wärme in der Kleidung, in Bezug auf Betten, die in beiderlei Hinsicht sehr leicht schädlich werden, und daher sehr mäßig einwirken muß; jene Beschäftigungen der Einbildungskraft mit geilen üppigen Bildern, Gesprächen und Vorstellungen; gewürzhafte Diät, Reiben der Zeugungstheile und mehreres dergleichen, das theils unmittel-

bar, theils, indem es zu den erwähnten Dingen Veranlassung giebt, mittelbar Nachtheil stiften kann.

In diesen drei Punkten liegt das vorzüglichste Geheimniß, die Gesundheit des Jünglings zu schützen. Als den vierten kann man annehmen, dafür Sorge zu tragen, daß nicht etwa die Summe der übrigen Reize für den Körper so vermindert werde, daß dieser nun um so bedeutender einwirke und so alsdann die Bewegungen veranlasse, welche seinen Verlust erzeugen können. Ich will mich darüber sogleich erklären. Wenn dem jugendlichen Körper auf diesem oder jenem Wege dieser oder jener Reiz entzogen worden ist, z. B. Blut, oder die Einwirkung des Kummers, des Grams u. s. f. Statt gefunden hat — mit dem vorigen dasselbe — so ist er im Durchschnitt um so mehr zu diesem entkräftenden Uebel geneigt, weil den angegebenen Grundsätzen zu folge der Eindruck des Saamens nun um so heftiger seyn wird, den er auf die Lebenskraft macht; weil dieses zunächst in den Organen Statt finden wird, wo er einwirkt, weil diese zu der ihnen eignen Rückwirkung veranlaßt werden und so also das Uebel bilden, wovon wir hier redeten.

VII.

Fortsetzung.

Das weibliche Geschlecht wird unter übrigens gleichen Umständen gewöhnlich noch mehr durch den ebenfalls schon erwähnten ausbrechenden, ihre Mannbarkeit bestimmenden periodischen Blutabgang gefährdet. Je reizbarer es ist, je mehr es also von allem affizirt wird, was in seinem Körper vorgeht, desto leichter werden ihm hier Schmerzen, Kränklichkeiten, Krankheiten entstehen können. Mit welchen Schmerzen ist nicht oft die ausbrechende Reinigung verknüpft, wie oft erscheint sie gar nicht und wird dadurch eine Quelle der mannigfaltigsten Pein? Wie manchmal geht sie hier zu schwach und dort zu stark? Wie sehr hat das weibliche Geschlecht nicht darauf zu sehn, daß sie hier nicht unterdrückt wird oder unvermuthetes Außenbleiben sich erzeugt?

Um die Erscheinung des Monatlichen zu bewirken, ist es unumgänglich nothwendig, daß der Blutumlauf sowohl im ganzen Körper, als in den einzelnen Theilen mit der Behendigkeit, mit der Stärke Statt finde, welche nöthig ist, jede Stockung, jede Anhäufung zu verhüten und das im Gegentheil in jedem Theile das gehörige Quantum zu erhalten. In dieser Hinsicht muß

man nun freilich auch die Bemerkung machen, daß die Erziehung des weiblichen Geschlechts nichts weniger, als vortheilhaft ist, so wie sie gewöhnlich betrieben zu werden pflegt. Man sieht zu wenig darauf, diesen Ausfluß dadurch zu bewirken, daß der Genuß einer reinen frischen Luft, fleißige Bewegung, Vermeidung zu vielen, vorzüglich am Morgen genossenen Schlafes, Leidenschaften, welche den Gang des Blutes langsamer machen, z. B. Traurigkeit, Harm, Gram, rc. Statt finde. Auf dem Lande findet die nicht erscheinende monatliche Reinigung, oder die mit Schmerzen verknüpfte fast gar nicht Statt. Ehe sich es das robuste Bauermädchen versieht, ist diese Eigenheit weiblicher Natur zum Vorschein gekommen, aber freilich arbeitet sie auch brav; freilich weis sie nichts von jenen nagenden vergeblichen Wünschen, vereitelten Hoffnungen, beunruhigenden langsam aufzehrenden Gefühlen.

Wenn es gewiß ist, daß die Nichterscheinung des Monatlichen so leicht eine bedeutende Quelle der gefährlichsten Krankheiten veranlassen kann, so ergiebt sich daraus um so mehr die Nothwendigkeit, daß jede Mutter hier für ihre Tochter wache, und alles thue, sie vor den Schädlichkeiten zu bewahren, die ich angab, welche den Ausbruch verzögern oder gar ungewiß machen können; daß sie im Gegentheil ihr Gelegenheit schaffe, von den diätetischen Hülfsmitteln Ge-

brauch zu machen, die hier so bedeutend sind. Vom zehnten Jahre an muß das Mädchen dazu angehalten werden, ihre Körperkräfte zu üben, sich nicht nur mit weiblichen Arbeiten zu beschäftigen, welche immer das Sitzen, den Aufenthalt in der Stube, erfordern, sondern im Gegentheil mit Bewegung, dem Genusse freier Luft, verbunden sind. Ich würde gern davon noch mehr sprechen, wenn ich nicht hier dasjenige wiederholen müßte, was ich besonders über diesen Gegenstand in einer kleinen Schrift gesagt habe. *) Aus dieser Ursache enthalte ich mich auch, hier alles einzuschalten, was ich über Verhütung einer zu schwachen und zu starken, allmählig ausbleibenden oder unterdrückten Reinigung zu sagen hätte. Es ist in dieser Schrift über jeden dieser Punkte, wie ich mir schmeicheln darf, hinlänglicher Unterricht ertheilt worden. Die zu schwache pflegt meistentheils eine Folge der Ursachen zu seyn, welche die gar nicht erscheinende begründeten. Was die ausbleibende anbelangt, so gilt auch hier, wenn nicht etwa das höhere Alter eine Ausnahme macht, dasselbe in den mehresten Fäl-

*) Die Monatliche Reinigung, oder wie hat sich das Weib und das Mädchen dabei zu verhalten, um gesund, schön und von Schmerzen frei zu bleiben. Pirna bei Friese.

len. In Bezug der zu starken kann man im Allgemeinen dieselben Ursachen annehmen, die eine zu starke Absonderung der Saamenfeuchtigkeit beim Manne hervorbringen und was ja noch besonders Statt findet, möchte in einer zu starken, das Blut zu sehr in Umtrieb setzenden Bewegung bestehen können. Unterdrückung des Monatlichen ist gewöhnlich Folge einer Erkältung, oder einer den ganzen Körper erschütternden Leidenschaft, z. B. des Zornes, des Aergers, des Schreckes und dergl. Die Folgen davon sind um so gefährlicher, da sie sich zugleich mit denen verbinden, die diese Leidenschaften schon an sich würden gehabt haben. Vermeidung dieser Schädlichkeiten heißt sich vor tausend Gefahren schützen, die theils mittelbar, theils unmittelbar aus diesem Ausflusse entstehen und um so gewisser entstehen, je mehr das weibliche Geschlecht durch seine Zartheit, größere Reizbarkeit u. a. Eigenheiten, von jeder Veränderung, die in seiner Organisation vorfallen, beunruhigt wird.

VIII.

Männliches Alter.

Das nun erfolgende Lebensalter ist dasjenige, worinne die Gesundheit gemeiniglich am

festesten begründet ist, wenn nicht etwa in der Jugend Ausschweifungen in Geschlechtslust, unnatürliche Befriedigung jeder Leidenschaft und ähnliche Umstände unverbesserliche Zerrüttungen nachgelassen hatten. Die Lebenskraft wird jetzt nicht mehr von jedem Reize so sehr in Thätigkeit gesetzt, daß die Wirkungen sich durch ungemeine Heftigkeit auszeichneten. So ist der Körper schon dadurch gegen unzählige Krankheiten gesichert. Alles, was die Ausbildung der Theile, die Uebung der Körperkräfte anbelangt, ist hier schon geschehen. Keine der Gefahren drohet also, die dem kindlichen Alter beim Zahngeschäfte, dem der Mannbarkeit bei der Ausbildung der Zeugungstheile u. s. f. erwachsen können. Dieß ist die glücklichste Periode des Lebens, die ungefähr vom 25sten bis vierzigsten Jahre dauert, und in welcher die Anwendung der allgemeinen für Erhaltung der Gesundheit und Abwendung von Krankheit gegebenen Regeln gilt, welche im ersten Abschnitte aus einander gesetzt wurden.

Indessen ist dieser Zustand denn ebenfalls nicht von langer Dauer. Wenn das ganze vorhergehende Leben nichts als eine Vorbereitung dazu war, ihn zu begründen, so ist in ihm allmählig auch die Herbeirufung des Alters und des unvermeidlich damit verknüpften Todes verknüpft. Es ist freilich kein Moment wahrzuneh-

men, wo der Uebergang aus dem so wünschenswerthen Befinden in diesen Zustand der Unbehülflichkeit, der Schwäche Statt findet. In der Natur wird alles so allmählig ausgeführt, daß da schon lange die Wirkung da ist, wenn wir sie erst in ihrem höhern Grade wahrnehmen. Wenn der Anfang des Menschenkörpers, wenn das jugendliche Alter sich durch Vollsaftigkeit und große Reizbarkeit auszeichnete, wenn beides, obschon im mindern Grade, im Alter der Mannbarkeit noch obwaltende Eigenheit der organischen Maschine war, wenn im männlichen dieses nun schon nicht vorzüglich obwaltend erschien und dadurch die Ausdauer des Körpers in Beschwerden, Arbeiten, möglich machte, denen er sonst nirgends gewachsen ist, so findet allmählig nun dieses Verhältniß im entgegengesetzten Grade Statt und konstituirt so das Alter, d. h. den Zustand des Lebens, wo es vermöge dieser nun immer mehr schwindenden Eigenheiten, welche das jugendliche Alter bezeichneten, nun gar bald aus dem Reiche der Wahrnehmung verschwindet, insofern wir es uns in dem einzelnen Menschen denken. Statt der jugendlichen Weichheit ist jetzt unnachgiebige Härte da; wo wir in den Knochen ehemals Härte fanden, da stoßen wir jetzt auf Sprödigkeit; Vollsaftigkeit ist jetzt mit Trockenheit vertauscht und wenn in den frühern Perioden nur immer die Einwirkung jedes Rei-

zes leicht zu heftig war, so vermag jetzt allmählig kaum der heftigste einen Eindruck zu machen, theils wegen der veränderten Organisation selbst, theils wegen abgestumpfter Reizbarkeit. Daher werden nun alle Bewegungen so schwer, weil die Muskeln keine Nachgiebigkeit besitzen und hart werden; das Blut geht langsamer umher und die kleinen Gefäße schließen sich ganz. Leicht entstehen Stockungen in den feinern Gefäßen, Knorpel werden zu Knochen; Gefäße, Muskeln oft zu Knorpeln. Die Sinne sind stumpf, die Zähne fallen aus. Die Ründung der Theile mit Fett geht in Magerkeit über. Das Leben gleicht endlich nur einem flimmernden Lämpchen, wenn es vorher einer Flamme ähnlich gewesen war, und verlöscht endlich allmählig oder bei einem kleinen Angriff, der rasch auf dasselbe gethan wurde. Jeder Mensch würde endlich so sterben müssen; die wenigsten sterben indessen diesen, wie man ihn nennt, natürlichen Tod, (ob dieses zu bedauern ist, steht noch dahin) das Leben der meisten Menschen wird meistens durch einen Eingriff in die Gesetze der organischen Natur geendigt, bevor es die Staffel erreicht hat, die ihm offen steht.

Wenn indessen es gewisse — Maximen gab, wodurch das kindliche Alter gesichert werden kann gegen die Gefahren, die ihm aus der ihm gegebenen Eigenheit entspringen können: so findet

dasselbe auch in Bezug auf das höhere Alter in sofern Statt, als sich die freilich nicht aufzuhebenden Folgen desselben, wo nicht aufheben, aber doch wenigstens einschränken, länger aufschieben lassen.

Dieß ist denn die Zeit, wo der Mensch erst einen weniger eingeschränktern Gebrauch der eindringendern Reize machen sollte, die bis dahin ihm leicht Schaden und selten Nutzen schaffen konnten. Jetzt sind die Augenblicke, wo der Wein die natürliche Arznei ist, durch welche die trägen Kanäle des Körpers zu größerer Thätigkeit angespornt werden; wo jene in nährenden Suppen und andere sehr viel Nahrungsstoffe enthaltene Flüssigkeiten dem Körper willkommen seyn müssen, der beraubt seiner Zähne, benöthigt vieler nährenden Theile, dadurch gestärkt und erquickt wird. Jetzt ist es Zeit, sich vorzüglich im Gebrauche eines lauwarmen Bades gegen die Steifigkeit der Muskelfasern zu schützen, und die Menge seiner im Körper enthaltenen Flüssigkeiten zu mehren. Hier sind vorzüglich sanfte Reibungen der ganzen Körperfläche, vorzüglich der Hände und Füsse, zu gebrauchen, um in diesen Theilen eine größere Bewegung der Säfte zu bewirken, als es wohl sonst zu geschehen pflegte, wenn sie den Kräften des Organismus überlassen bleiben. Es ist eine ausgemachte Wahrheit, daß durch den weisen Gebrauch dieser Hülfsmittel die

körperlichen Beschwerden des Alters um ein großes vermindert werden können, daß ein für allemal ihr Fortgang sehr verhindert werden kann. Erlaubt das Schicksal zugleich, daß eine ruhige heitere Stimmung der Seele Statt findet, oder weis der Greis sich durch eine vernünftige Philosophie diese zu geben: so verlebt er nicht selten unverhofft ein Jährchen nach dem andern. Während so mancher blühende Jüngling um ihn herum ins Grab sinkt, wandelt er immer noch in einem frohen Lebensgenuß herum.

IX.

Geschlecht.

Das **weibliche** unterscheidet sich nicht allein vom männlichen in verschiedenen Eigenheiten seines organischen Baues, sondern auch in der ihm eignen Bestimmung, die Entwickelung eines neuen Geschöpfs zu bewirken, und in der größern Reizbarkeit. Die Fasern des Weibes sind immer weicher, schlaffer, nachgebender; seine Knochen durchgängig feiner, dünner und mithin schwächer gebaut; immer behält die Constitution des weiblichen Geschlechts eine mit dem Alter freilich verhältnißmäßige Aehnlichkeit mit der des Kindes und altert daher auch um ein Beträcht-

liches später als der Mann. Alle diese Eigenheiten machen es denn nun fähig, von mancher Krankheit überfallen zu werden, die dem Manne entweder gar nicht, wie z. B. Mutterkrebs, die Krankheiten der Brüste rc., oder aus anders modifirten Ursachen, z. B. die der zu sehr, zu wenig in Thätigkeit gesetzten Lebenskraft, Gefahr drohen. Alle machen es ihm zur Pflicht, die Aufmerksamkeit darauf zu verwenden, die solche Folgen abzuwenden vermag.

Die eine organische Eigenheit des weiblichen Geschlechtes, die monatliche Reinigung, habe ich schon bei einer andern Gelegenheit zu erörtern gehabt, spreche ich also zunächst hier, soweit es der Raum erlaubt, von der Schwangerschaft.

In diesem Zustande wird eine dem Weibe gegebene an sich kleine birnförmige Höhle durch den nun stärker und immer stärker werdenden Zufluß der Säfte fähig gemacht, sich so auszudehnen, daß das werdende Geschöpf darinn Raum genung hat, ohne Druck, ohne Einschränkung wachsen zu können. Indessen diese Ausdehnung geschieht nicht ohne Einschränkung, ohne Beengung des Raumes anderer Theile, die im Unterleibe liegen; die Gefäße daselbst, die Gedärme, selbst die Nerven rc. werden gedrückt. Nicht leicht wird eine solche Einwirkung ohne alle Folge vorübergehen und es ist bekannt, daß

Schwangerschaft nur gar zu leicht ein Heer von Kränklichkeiten herbeiführt. Diese leidet an Brechen und jene an Leibesverstopfung; hier ist Magenkrampf und dort Urinverhaltung; hier sind Hämorrhoiden und dort geschwollene Füße. Ganz können alle solche Zufälle nicht leicht vermieden werden, aber doch kann eine zweckmäßige Lebensordnung sie vermindern, einem großen Theile nach verhüten, verkürzen. Um die Anhäufungen des Blutes möglichst z. B., also auch die Folgen zu verhüten, die dieses haben kann, ist hier eine stärkere Bewegung zu empfehlen, als sonst. Für die Verhütung des Eindruckes, den die ganz neue Veränderung in dem Organismus macht, dienen lauwarme Bäder. Um Kothanhäufungen und die Neigungen zur Leibesverstopfung zu verhüten, empfiehlt sich der Genuß solcher Speisen, die wenig zähen Koth hinterlassen und leicht selbst Oeffnung bewirken, z. B. Obst, Brühen, flüssige Nahrungsmittel. Geschwulst der Füße verhütet ebenfalls die Bewegung des Körpers sehr wohl. Ueberhaupt ist diese ein treffliches Mittel, die Beschwerden zu vermindern, zu verhüten, die hier theils genennt, theils leicht zu errathen sind, z. B. Blähungsbeschwerden. Jede Schwangere, sagt Vogel, hat darauf zu sehen, daß sie ihrem Körper wo möglich die nöthige Bewegung täglich in freier Luft giebt. Die Bewegung ist nicht allein zur

Beförderung der Verdauung, zur Verhütung der mit der Schwangerschaft so häufig verbundenen Blähungsbeschwerden höchst nöthig; sondern sie trägt auch am meisten dazu bei, Rückenschmerzen, Goldader, Taubwerden und Geschwulst der Füße, Hüftwehe, Verstopfung rc. zu verhüten. Denn alle diese Beschwerden, welche sich so häufig bei der Schwangerschaft einfinden, haben ihren Grund in erschwertem Umlauf der Säfte. Da nun nichts mehr als Bewegung zur Beförderung des Umlaufs der Säfte, vorzüglich in den Füßen beiträgt, so muß eine Schwangere körperliche Bewegung unter die wichtigsten Schutzmittel ihrer Gesundheit rechnen. — Durch gehörige Bewegung sorgt sie zugleich aber auch für das Wohlbefinden des Kindes, das sie unter ihrem Herzen trägt. Ich bin fest überzeugt, daß eine der Hauptursachen, warum die Kinder der Landleute mit den Zeichen der kraftvollsten Gesundheit zur Welt kommen, in der körperlichen Bewegung zu suchen sey, welche sich die Schwangern auf dem Lande so fleißig machen. Durch die Bewegung werden die Nahrungsmittel nicht allein besser bearbeitet, so, daß sie einen bessern Nahrungssaft liefern, sondern die Vertheilung des Nahrungssaftes in dem Körper des Kindes geht auch besser vor sich, indem die Bewegung der Säfte in dem Körper desselben ganz dem Grade der Bewegung des Blutes in dem Körper

der Mutter entspricht. Geht die Bewegung der Säfte in dem Körper der Mutter mit der gehörigen Kraft von statten, so wird dieses auch in dem Körper des Kindes der Fall seyn. Da es nun eine völlig entschiedene Wahrheit ist, daß Mangel an Bewegung, Mangel an gehöriger Zusammenziehung des Herzens die wichtigste Ursache der Nervenschwäche, der großen Empfindlichkeit ꝛc. ist: so ist wohl nicht zu bezweifeln, daß das noch im Mutterleibe befindliche Kind ebenfalls schwächlich werden müsse, wenn der Umlauf der Säfte in seinem Körper nicht mit vollkommener Stärke vor sich geht."

„Bewegung ist überdieß auch noch das Hauptmittel zu einer leichten, glücklichen Niederkunft, eben weil sie die Nerven stärkt und zur Ertragung der Geburtsschmerzen weniger empfindlich macht. Denn so wie ein an harte Arbeit gewöhnter nicht so leicht durch dieselbe abgemattet wird, wie ein Ungewohnter: so wird auch eine Schwangere, welche ihren Körper während der Schwangerschaft durch Sitzen und zu viel Ruhe verzärtelte, die Beschwerden der Niederkunft nicht so leicht ertragen, als diejenige, welche während der Schwangerschaft verhältnißmäßig thätig war."

„Uebrigens versteht es sich, daß die Bewegung die Gränzen der Mäßigkeit nicht überschreiten, daß sie nicht zu anhaltend, kurz, den

Kräften der Schwangern angemessen seyn müsse. Vorzüglich gilt das von der letzten Hälfte der Schwangerschaft, wo häufigere Ruhepunkte nöthig sind. Auch muß unter den körperlichen Arbeiten eine der Schwangerschaft angemessene Auswahl getroffen werden. Alle Bewegungen, die mit Bücken, Emporheben schwerer Lasten, mit starker Erschütterung und Pressung des Unterleibes verbunden sind, z. B. Tanzen, Springen, Reiten, ja selbst das Fahren auf holprichten Wegen müssen vermieden werden, weil dadurch leichte Veranlassung zu einer Fehlgeburt, zumal wenn die Schwangere zärtlich und schwächlich ist, gegeben werden kann."

Wenn übrigens es hier soviel darauf ankommt, durch vermehrte Thätigkeit die Folgen abzuwehren, welche aus dem erschwerten Umlaufe der Säfte, aus dem Drucke entstehen, der auf die Theile Statt findet, die in naher oder ferner Verbindung mit dem Gebärmuttersystem stehen, so versteht es sich schon von selbst, daß jeder Druck, jedes Zusammenpressen vermieden werden muß, welches durch diese oder jene Kleidungsstücke erregt werden kann. Es verdienen hier vorzüglich die Rockbünde, Kniebänder, u. s. f. berücksichtigt zu werden. Das hierher Gehörige hab ich an einem andern Orte vorgetragen. Alle jene heftig auf den Körper einwirkenden Leidenschaften, Zorn, Aerger, z. B. müssen streng vermieden

mieden werden, da sie gar leicht durch den heftig verursachten Eindruck unzeitige Geburt und dadurch Blutsturz, Konvulsionen, Tod des Kindes u. s. f. erregen können.

X.

Fortsetzung.

Die Schwangerschaft endigt sich mit dem Geschäfte der Geburt. Alle Kräfte des Körpers werden hier im höchsten Grade angestrengt; eine Menge Säfte, Blut, Schleim, Schweiß, wird hier aufgeopfert, schnelle Erweiterung findet in der Unterleibshöhle Statt. Dieß alles macht eine nicht geringe Revolution im Körper. Ermattung folgt der großen Anspannung; der ungemein große Verlust an Säften macht, daß der Körper ungemein empfindlich wird. Hier ist es, wo nun so manche dem Tode überliefert wird, da es die Gewohnheit heischt, durch Kraftsuppen, gewürzhafte Diät und dergl. den Verlust zu ersetzen, und man nicht bedenkt, wie allmählig dieses Statt finden muß, da man der Wöchnerin nur selten die Ruhe des Geistes gestattet, die hier so nöthig, wie die des Körpers ist, und sie im Gegentheil mit Besuchen, Plänen und Aussichten in die Zukunft unterhält.

Nach der Entbindung, früher oder später, tritt in den ersten Tagen die Absonderung der Milch ein. Gewöhnlich ist hier ein gelindes Fieber, mit welchem diese neue Absonderung eintritt. Es ist diese Absonderung ganz nach dem zu beurtheilen, was von den übrigen Säften gesagt worden ist, welche dem Körper angehören. Es ist leicht einzusehen, daß bei zu großer Ausleerung dieser Feuchtigkeit alle die Nachtheile endlich sich erzeugen, welche der Ausleerung jeder Feuchtigkeit folgen; daß durch weichliche gut verdauliche und stark nährende Speisen und Getränke die daraus entstehenden Folgen verhütet werden müssen. Es ist leicht einzusehen, daß, wenn diese Feuchtigkeit gar nicht ausgeleert wird und gar nicht, wie es bei denen der Fall ist, welche nicht säugen, benutzt wird, gar leicht als ein zu starkes Reizmittel wirkt. Daher sie Fieber, Entzündungen und andere Krankheiten, in Bezug auf den ganzen Körper, erregt, während sie in der Brust nur gar zu leicht zu Stockungen, Verhärtungen u. s. f. Gelegenheit giebt.

Dieß wären die vorzüglichsten Eigenheiten des weiblichen Geschlechts, die vorzüglichsten Bedingungen von Krankheiten, die diesem Geschlechte darum theils eigen sind, theils leichter bevorstehen, theils gefährlicher werden. Es ist wohl

wahr, daß das Weib unter solchen Umständen mit Recht als das schwächere angesehn werden darf. Wenn es darüber mit dem Himmel hadern wollte, so ist dagegen auch zu bedenken, daß ein für allemal sein Körper die Fähigkeit hat, da auszudauern, wo der des Mannes unterliegen muß. Dieser gleicht der Tanne, die im Sturme stehen bleibet oder bricht; das Weib wagt eine solche Alternative nur selten. Es schmiegt sich an wie ein Rohr. Ihre Fasern geben nach, wo die des Mannes reißen. Indem es duldet, behält es noch Kraft zum Dulden, wenn der ohnmächtige Widerstand den Mann der ferneren Kraft beraubt hat.

XI.

Idiosynkrasie.

Eine Art zu empfinden, Eindruck zu erhalten, und diesen Eindruck zu erwiedern ist diesen Menschen gegeben, und eine andere Art jenen. Der eine Mensch leidet ungemein von der Wärme, der andere von der Kälte. Der eine bekommt Erbrechen, wenn er diese oder jene Speise genießt, die allen andern recht wohl bekommt. Man sieht leicht ein, daß dieses den einen geneigt macht, da krank zu werden, sich übel zu

befinden, wo sich sehr viele andere recht wohl haben. Insofern ein Mensch eine besondere Art zu empfinden, und von den auf die in ihn einwirkenden Reizen so ganz anders affizirt zu werden hat, die er vielleicht nur mit wenigen seines Geschlechts theilt, so heißt es gewöhnlich Idiosynkrasie. So hat man z. B. manche, welche in Ohnmacht fallen, wenn eine Katze sich in ihrer Nähe befindet, gleich viel, ob sie ihre Gegenwart mittelst der Sinne wahrnehmen, oder ob sie nur verborgen gehalten wird. Der große Arzt Boerhave kannte einen Menschen, der über den ganzen Körper aufschwoll, wenn er einige Johannisbeeren oder Kirschen gegessen hatte. Ein berühmter Gelehrter fiel in unaussprechliche Bangigkeit, wenn er den sanftesten und keinem Menschen fühlbaren Ton vernahm. Wenn man das Wort Idiosynkrasie bisher nur in einem so eingeschränkten Sinne nahm, so wollen wir es hier in einem weitern verstehen und die Eigenheiten darunter begreifen, die den einen Menschen von jenem unterscheiden, insofern sie bei ihm eine Anlage von Krankheit formiren, gegen welche er sich nur möglichst zu waffnen hat. Ich werde hier der Sache nach dasjenige mit darunter begreifen, was bisher immer unter dem Namen Temperament bekannt gewesen ist.

Hier sehen wir denn nun zuerst überhaupt zwischen allen Menschen den Unterschied, der eine wird von dem, was auf ihn einwirkt, stärker in Thätigkeit gesetzt, als der andere. Die Portion Wein, welche dem einen einen Rausch macht, rührt den andern kaum; der eine fühlt das kaum, was dem andern unerträgliche Schmerzen erregt. Oft kann die geringere Reizbarkeit des einen davon ihren Ursprung haben, daß er immer sehr starke Reize auf sich einwirken ließ, während nun das Gegentheil auch die entgegengesetzte Erscheinung wahrnehmen lassen kann, indessen es versteht sich von selbst, daß dieser Fall nicht hierher gehört. Was nun den eigentlich hier zu erörternden anbetrifft, so ergiebt sich daraus die Nothwendigkeit für denjenigen, dem ein sehr hohes Maaß der Reizbarkeit gegeben war, sich zu hüten, keine Reize in so heftigem Grade einwirken zu lassen, wie er es bei andern wahrzunehmen pflegt. Er muß sich also um so mehr hüten, sich dem Zorne, dem Trunke, der Ueberladung mit Speisen, einer heißen Stube zu überlassen. Drohen diese Dinge, als zu heftig den Körper in Thätigkeit setzende Mittel, Gefahr, wie sehr leicht werden sie ihm Schaden bringen, wie um so leichter werden sie dieses thun, je reizbarer sein Körper ist.

Wenn es dagegen wieder nun Menschen giebt, die in ungemein hohem Grade reizlos sind,

auf die fast nichts einen Eindruck macht, was hinreicht, ihn bei andern zu machen, so haben diese im Gegentheil darauf zu sehn, daß sie den gehörigen Grad von Lebensthätigkeit dadurch bewirken, daß sie die Reize im höhern Grade auf sich einwirken lassen, die jenen ganz entbehrlich oder nur in sehr niederm Grad nöthig sind. Jene aufgedunsenen schwammigen, zu wäßrigen Geschwulsten geneigten, leicht zu ermüdenden Menschen gehören vornehmlich hierher; ihrem Magen behagt der Wein, das Gewürz, ohne den Genuß erscheint nur gar zu bald eine Anhäufung von Schleim, von Säure und andern Folgen, die aus den nicht lebhaft genung sich zusammenziehenden Fasern entstehen.

Es giebt manche Personen, bei denen jenes Verhältniß der Lebensthätigkeit zu den sie erregenden Reizen zwar nicht in Bezug auf den ganzen Körper, aber doch insofern Statt findet, als wir es auf einzelne Theile beziehen. So ist der Magen des einen ungemein reizbar, der des andern ist es ungemein wenig. Es versteht sich also auch, daß der eine sich sehr vor dem zu hüten hat, was dem letztern gar nichts schadet. Was von diesem einzelnen Organe gilt, das kann auch von einem andern bei einem andern der Fall seyn, und dann tritt auch der Fall ein, den wir in Be-

zug auf das beobachtende Verhalten erwähnten. So ist der Darmkanal mancher so sehr einer gewissen Quantität und Stärke des reizenden Stoffes benöthigt, daß, wenn sie dessen nicht genung haben, z. B. beim Genusse des Obstes, des Wassertrinkens, sie sogleich Kolik u. dergl. Uebelseyn bekommen.

Es ist nicht möglich, auf solche Verschiedenheiten Acht zu haben, und sie besonders auseinanderzusetzen, ohne ungemein weitläuftig werden zu müssen. Das ist gewiß, jeder Mensch ist vermöge solcher Umstände schon diesem oder jenem Uebel ausgesetzt, von dem sein Mitbruder frei ist, während dasselbe aber auch wieder in Bezug auf diesen gilt.

Die angeführte Anlage zu Krankheit gilt übrigens in gehörigem Verhältnisse von jedem Geschlechte und jedem Alter. Das eine Kind ist sehr reizbar, das andere es ungleich weniger, ohngeachtet es freilich immer noch reizbarer vermöge seines Alters, als ein Mann z. B. ist. Von zwei Weibern würde das letztere ebenfalls gelten, allein das ist nichts destoweniger kein Hinderniß, wahrzunehmen, daß es die eine in hohem Grade mehr, als die andere sey, u. s. f.

XII.

Fortsetzung.

Die Form der Theile bestimmt es nicht weniger, als die ihnen im vorigen gegebene Eigenschaft, ob sie Gesundheit begründen, oder Krankheit entstehen lassen sollen. Insofern diese Form nun nicht abweichend ist von derjenigen, die die Natur dafür bestimmt hat, ist der Mensch nicht den Uebeln ausgesetzt, welche bei irgend einer Veränderung erfolgen können, und deren Veränderung denn nun auch meistentheils bestimmt, von welcher Art die Folge ist.

So sieht man denn, wie die zusammengedrückten Knochen der Beckenhöhle, vorzüglich bei dem weiblichen Geschlechte, schwere Geburten, Kayserschnitt und ähnliche Zufälle herbeiführen; wie eine durch Schnürleiber und dergl. plattgedrückte Brust das Säugen unmöglich oder doch sehr schmerzhaft macht. Wie das verengerte Brustgebäude, so oft eine Folge des Laufzaums in den ersten Lebensjahren, Engbrüstigkeit, Schwindsucht und dergl. erzeugt. Der Druck, der bei einigen Handwerkern gegen den Unterleib Statt findet, erzeugt bisweilen Callositäten des Magens, dadurch unaufhörliches Brechen, und erzeugt so selbst den Tod. Das sehr gewölbte Auge begründet die Kurzsichtigkeit, der entgegengesetzte Bau das Vermögen, weit zu

sehen, während es die Fähigkeit für die Erkenntniß der nahen Gegenstände verloren hat.

Es giebt wenige Menschen, welche nicht einen solchen wichtigern oder unwichtigern, bemerkbaren oder unerkannten organischen Fehler hätten, und dem zufolge zu einer oder mehrern ihnen eignen Krankheitsformen geneigt wären, die sie entweder gar nicht oder nur dann verhüten können, wenn sie auf diese Beschaffenheit besonders Rücksicht nehmen. Oft sind sie unerkannte Hindernisse, die jeder Heilung im Wege stehen. Sie mögen dieses vorzüglich dann seyn, wenn sie in den innern Höhlen des Körpers Statt finden. Dann bilden sich oft jene unheilbaren Krämpfe; das unaufhörliche Erbrechen, die immer wiederkehrende Epilepsie und dergl. Sind sie durch die Sinne zu erkennen, sind sie wohl gar zu entfernen, so kann sich der mit ihnen behaftete nur dadurch vor ihren Folgen schützen, daß er seine Lebensweise immer darauf berechnet. Jener römische Kaiser nannte den einen Narren, der nach dem dreißigsten Jahre noch einen Arzt fragte, was ihm gesund oder ungesund sey. Ich glaube, man wird nach den Verschiedenheiten, die zwischen den einzelnen Menschen obwalten, und diesen zu diesen, jenen zu jenen Krankheiten geneigt machen, leicht einsehen, daß er recht hat; daß jeder sich prüfen müsse, was ihm dienlich oder schädlich sey, und

keiner in der Ueberzeugung bleiben dürfe: was deinem Mitbruder nicht schadet, schadet auch dir nicht.

Es ist eine ausgemachte Sache, daß eine Krankheit, die uns einmal überfallen hat, in unserm Körper die Neigung zurückläßt, leichter von ihr, als von einer andern überfallen zu werden. Wer einmal an der Ruhr, am Durchfall litt, wird dann, wenn Dinge auf ihn einwirken, welche eben so gut diese Uebel, als andere verursachen können, gewiß in jedem Falle eher von diesem einmal erlittenen wieder ergriffen werden, als von einem andern. Man sieht das recht deutlich, wenn irgend eine Witterungsbeschaffenheit der Entstehung von Krankheiten günstig ist. Feuchte, kalte, nebliche Witterung im Herbste, läßt bei dem einen Durchfall, beim zweiten Ruhr, beim dritten Fluß, beim vierten Gicht, bei dem fünften Schnupfen und Husten, und bei noch fünf andern auch noch verschiedene andere Folgen wahrnehmen, und die Ursache davon ist nicht selten, daß der eine schon an diesem, der andere schon an jenem Uebel ein oder mehreremal gelitten hatte. Man sieht leicht ein, daß daraus jedem, der in solchem Falle ist, die Pflicht erwächst, sein Augenmerk vorzüglich darauf zu richten hat, sich gegen die Wiederkehr

seines einmal erlittenen Uebels vornehmlich dadurch zu bewahren, daß er vornehmlich von dem ergriffenen Theile die Schädlichkeiten abzuhalten suche, die einmal hier Statt fanden. Auf alle einzelnen Fälle hier Rücksicht nehmen zu können, ist unmöglich; jeder wird sich bei genauer Prüfung der allgemein gegebenen Vorschriften leicht die für seinen Fall passenden entwerfen können.

Eine nicht ganz unbedeutende Quelle von Krankheiten, die den einzelnen Menschen treffen, liegt in der Fortpflanzung krankhafter organischer Beschaffenheit von Vater und Mutter auf das erzeugte Kind. Es ist in den neuern Zeiten über diesen Punkt gar sehr gestritten worden, und manche Aerzte leugnen die vorgetragene Behauptung völlig ab, allein gewiß mit Unrecht. Das Wunderbare, das sie darin zu sehen meinen, ist am Ende auch nicht um ein Haar größer, als das, welches in der Fortpflanzung der Aehnlichkeit eines Geschlechtes Statt findet. Es ist dieß eine Sache, die niemand leugnet. Im Allgemeinen kann man die erbliche Fortpflanzung von Krankheit gewiß in dreierlei Hinsicht betrachten. Einmal möchte es krankhafte Anlage, körperliche Schwäche seyn,

welche sich so vom Vater, von der Mutter auf den Sohn, auf die Tochter forterbt.

„Die Kinder allzu früher, oder allzu später Ehen, sagt Struve in seinem Krankenbuche *), sind welkenden Pflanzen ähnlich, die man durch eine übel nachgeahmte Ofenhitze erkünstelt hat; sie verleben ein elendes Daseyn. Kinder kranker und schwacher Eltern, besonders solcher, deren Zeugungskraft sehr geschwächt ist, bringen Elend und Schwäche mit auf die Welt; sie haben ein altes Ansehn, eine zusammengeschrumpfte Haut, sie verwimmern ihr elendes Daseyn, und sterben, ehe sie die Welt noch gekannt haben. Bei einer solchen krankhaften Anlage leiden die armen Kleinen doppelt von allen Beschwerden der Kindheit; durch die geringste Gelegenheitsursache wird der in ihrem Körper vorhandene Keim zu Krankheiten entwickelt, sie werden vor allen andern von dem Ansteckungsgifte der herrschenden Krankheiten ergriffen, sie kommen beim Zahnen und bei den Pocken sehr schwer und selten durch.“

„Die Schwangerschaft der Mutter hat einen unvermeidlichen Einfluß auf ihr Kind; sie kann durch ein fehlerhaftes Verhalten dem Kinde Krankheit und Schwäche zuziehen. Venerische

*) S. 62.

Mütter oder solche, die in hitzigen Getränken ausschweifen, gebähren nicht selten elende, schwache, Nervenkrankheiten unterworfene Geschöpfe, deren ephemerisches Daseyn bald dahin welkt, deren Säfte verderbt sind, an denen sich Ausschläge und Schärfen aller Art schon in den ersten Tagen ihres Lebens zeigen."

Die Krankheiten der Kinder in den ersten Tagen nach der Geburt, haben meistentheils ihren Grund der ihnen angebohrnen krankhaften Schwäche zu verdanken; sie sind das Werk elterlicher Schwäche. Dahin gehören Augenentzündungen, üble Ausschläge, Drüsenverhärtungen, wässerichte Geschwülste, Konvulsionen."

Bleibt bei aller solchen Schwäche und Siechheit ein solches Geschöpf leben: so verläßt ihn ein solcher Charakterzug doch nie, und sein ganzes Leben hindurch hat er alsdann mit den Uebeln zu kämpfen, die ihm mehr oder weniger Gefahren drohen. Durch eine vorsichtige Erziehung, ungemeine Mäßigkeit in allem kann zwar in etwas, ja selbst einem großen Theile nach das verdorbene gut gemacht werden; ganz aber läßt sich der angebohrne Stempel nie verlöschen, und vergebens wird sich dann ein solcher Mensch bemühen, die Freuden des Lebens in dem hohen Grade zu schmecken, den andere empfinden. Nur dann wird gewöhnlich ihr Schicksal noch am erträglichsten, wenn sie weise genung sind, in der

Entsagung manches Genusses den übrigbleibenden Genuß selbst zu empfinden.

Die andere Art von Fortpflanzung der Krankheit möchte die seyn, wo die organische Bildung eines Theiles bei dem einen Theile des Elternpaares dazu geeignet war, diese oder jene Krankheit zu begründen, und diese Eigenheit sich fortbildete. Dieß wäre Erbkrankheit im vollesten Sinne des Wortes. Eine solche Fortpflanzung scheint in manchen Familien in Bezug auf die Schwindsucht Statt zu finden, insofern sie im organischen Bau des Brustgebäudes begründet ist. Dasselbe soll nach den Beobachtungen des berühmten Wundarztes Richters in Göttingen mit den Brüchen nicht selten der Fall seyn; nach welchen oft Kinder, deren Eltern mit Brüchen behaftet waren, dieselben ebenfalls ohne alle Veranlassung bekamen. Herr Geheimderath Hufeland in Berlin kennt ganze skrophulöse Familien, die an der Skrophelsucht schon seit zwei, drei Generationen leiden. Insofern diese und andere so fortgepflanzte Uebel erkannter- oder unerkannterweise von der Form der Theile abhängig sind, welche bei dem Kinde eben so sich zeigt, wie bei dem Vater: insofern läßt sich da das Uebel nur dann verhüten, wenn es möglich ist, die Folgen abzuhalten, einzuschränken, die daraus dort hervorgehen können. So z. B. kann man also wirklich die Schwindsucht

fürchten zu müssen Ursache haben, allein nichts desto weniger kann man bei Vermeidung aller der Schädlichkeiten, welche eine solche angebohrne organische Anlage zur Entwickelung bringen können, glücklich diese Krankheit vermeiden, und in Familien, wo sie erblich war, wußte sich doch mancher dadurch vor ihr zu schützen, daß er eine Beschäftigung erwählte, die dem freien Kreislaufe des Blutes förderlich war; sich einen Wohnplatz aussuchte, der durch milde feuchte Luft seiner Lunge behagte; die Bewegungen vermied, die Speisen und Getränke vermied, welche außerordentlich den Blutumlauf zum größten Nachtheil verstärken können.

Endlich giebt es auch, wie es scheint, eine Erblichkeit von Krankheiten in der Hinsicht, daß eine gewisse Krankheit des Vaters oder der Mutter die Neigung zu einer andern im gezeugten Kinde gegründet. So zum Beispiele sollen die Kinder solcher, welche venerisch waren, an den Skropheln, an der englischen Krankheit leiden. Die gichtischen Eltern sollen die Neigung zum Stein anerzeugen. Hier möchten wohl die meisten Irrthümer obwalten.

Es ist gewiß, daß manches Uebel so mittelbar und unmittelbar erzeugt wird. Vorzüglich kann man annehmen, daß die Mütter vielen Antheil an der Fortpflanzung von dergl. Krankheiten haben. Mancher schwächliche, kränkliche

Gelehrte ist Vater eines blühenden, starken Kindes, weil seine Gattin in ungeschwächter Jugendkraft empfing. Umgekehrt möchte der Fall aber wohl ungleich seltner seyn. Es ist in dieser Hinsicht für jeden Menschen, sey er von dem einen oder dem andern Geschlechte, unerläßliche Pflicht, darauf zu sehen, daß er sich vor Krankheiten hüte, welche er nicht allein tragen muß, sondern selbst auf werdende Geschlechter fortpflanzen kann, daß, wenn ihm das Schicksal ein solches Leiden auflegt, er sich wenigstens hüte, andere auch desselben theilhaftig zu machen, d. h. daß er da den Beischlaf meide. Sonderlich gilt dieses alles von der Mutter, die theils unmittelbar, wie der Vater, theils mittelbar durch den Einfluß während der Schwangerschaft auf die Gesundheit beitragen kann.

XI.

Ansteckende Krankheiten.

So kommen wir denn auf die letzte Ursache von Krankheiten, die dem einzelnen Menschen drohen kann, auf die Mittheilung des Krankheitgiftes. Entweder kann dieses der Fall seyn, wenn allgemein herrschende sogenannte epidemische wüthen, oder wir in Umgang mit Personen

sonen gerathen, die an einer leiden, welche sich durch unmittelbare Berührung fortpflanzen.

Es giebt eine Menge Krankheiten, welche durch einen eignen dem Körper mitgetheilten Stoff zu wirken scheinen, der sich im Körper selbst zu reproduciren vermag. Dieß sind denn nun die eigentlich sogenannten ansteckenden Krankheiten und hierhin gehören z. B. die Krätze, die venerische Krankheit, vielleicht die Ruhr, das Hundswuthgift. Andere können sich durch einen solchen unmittelbar durch Berührung mitgetheilten Stoff zwar auch fortpflanzen, und werden es gewiß um so sicherer thun, allein es ist dieses keinesweges nöthig; sie verbreiten sich auch schon hinlänglich in der den Kranken umgebenden Atmosphäre, den Kleidungsstücken u. s. f. und das Einathmen einer solchen Luft ist also hier schon hinlänglich, angesteckt zu werden. Hierhin gehören die Masern, das Scharlachgift, das Blatterngift u. s. f. Noch andere endlich beruhen auf zum Theil noch nicht genung erörterten Außenverhältnissen zu der Lebensthätigkeit. So sieht man epidemische Nerven- und Faulfieber entstehen, wenn die Luft durch Unreinlichkeit der Straßen, der Brunnen und ähnliche Umstände in der Mischung verändert worden ist, welche sie immer haben muß, wenn das Wohlseyn derer nicht soll gefährdet werden, die sie einathmen. Dasselbe ist vor-

züglich in weitläuftigen Spitälern, selbst Gefängnissen, vollgepfropften Schiffen der Fall. Eine ähnliche Folge zeigt sich oft, wenn auf eine große Menge Menschen Angst und Kummer, Sorgen, Mangel an hinreichender und gesunder Nahrung einwirkt. Bei belagerten Städten eröffnet dieses oft die traurigsten Prospekte und die Seuche verdirbt dann oft, was das Schwert des Krieges verschont hat, wie wir in Genua während des letzten Krieges wahrnahmen.

Dieses letztere Verhältniß ansteckender Krankheiten vereinigt sich nicht selten mit denen, die aus der Verbreitung der flüchtigern Ansteckungsstoffe entstehen; so hat man denn z. B. jene gefährlichen Scharlachfieberepidemien, die der Blattern, die denn nun wohl durch die Einführung der Schutzblattern für immer verbannt seyn werden, u. s. f.

Es ist gewiß, daß eine gewisse Empfänglichkeit des Körpers unumgänglich nothwendig ist, wenn eine Ansteckung Statt finden soll, sowohl bei jenen nur durch unmittelbare Berührung wirkender, als auch allgemein herrschender Krankheitsgifte. So ist es eine nicht unbekannte Erfahrung, daß einzelne Menschen in dem Bette einer krätzigen Person schliefen, ohne von dieser Krankheit angesteckt zu werden. Andere pflegten den Beischlaf mit einer venerischen Person und wurden nicht angesteckt. Viele bleiben

von der auch noch so allgemein herrschenden Krankheit verschont. Nichts desto weniger ist es gewiß, daß man sich auf solche Ausnahmen um so weniger stützen darf, da sie eines Theils Folgen eines unerkannten Verhältnisses sind, in welchem der Mensch zu jenen Krankheitsgiften steht, und andern Theils daraus entspringen, daß man die Empfänglichkeit für sie zu vermindern gesucht hatte und in seiner Bemühung glücklich gewesen war.

Will man nun also gegen die Uebel gesichert seyn, die eine solche Ansteckung verursachen, so wird man gewiß nur immer auf zweierlei Art zu Werke gehen können. Entweder beobachtet man den zuletzt angegebenen Punkt, d. h. man sucht die Empfänglichkeit des Körpers dafür zu vermindern, oder ganz aufzuheben, oder den Krankheitsgiften sich so ganz zu entziehen, als es möglich ist, sie so zu vermindern, in ihrer Einwirkung einzuschränken, als es nur immer möglich seyn kann.

Jene gefährlichen, allgemein herrschenden Krankheiten sind denn doch meistentheils Folgen von erkannten, allgemein wirkenden Ursachen. Gesetzt daß wir auch nicht im Stande sind, das Verhältniß zu entwickeln, das zwischen diesen Ursachen und den Folgen selbst Statt findet, so erkennt man doch meistens jene und dann besteht das Hauptmittel, sich gegen die Ansteckung zu

sichern, darinn, daß man sich gegen diese Ursachen waffnet. So wird mit einem Male die Empfänglichkeit des Körpers dafür so wohl vermindert, als das Krankheitsgift gemindert. Es wüthe z. B. ein heftiges Faulfieber, Nervenfieber. Man weis, es ist die Folge eines ungemein heißen Sommers, der sumpfigen Luft unsers Wohnortes, die sich damit mit jenem vereinigt; es wüthe, weil schlechte, unverdauliche Nahrungsmittel allgemein genossen wurden; was wird man besseres und sicheres thun können, als sich gegen diese Epidemie dadurch sichern, daß man in einer kühlen, reinen Luft lebe, daß man Heiterkeit und gesunde Nahrung zu erhalten bemüht ist? Erhaltung gesunder Luft, heitere, ruhige Stimmung der Seele, gesunde, verdauliche Nahrung, das sind überhaupt bei jeder Epidemie die sichersten Schützungsmittel. Deßwegen bekommt hier der mäßige Genuß des Weines so wohl, weil er eines Theils ein treffliches Mittel ist, die Thätigkeit des Lebens zu erhalten, theils jene heitere Stimmung der Seele hervorbringt, die das beste Präservativ ist. Man kann sehr oft die Erfahrung machen, daß eine Epidemie weniger an sich, als dadurch gefährlich wird, daß sie die Bewohner einer ganzen Stadt mit Zittern und Zagen erfüllt. Man behauptet dieses gewiß nicht mit Unrecht von der Friesel=

epidemie, die vor einigen Jahren in Wittenberg wüthete.

Um ein großes gefährlicher ist der Umgang mit den schon angesteckten Kranken selbst. Die Vorsicht muß hier schon noch etwas weiter gehen. Die obigen Augenmerke müssen hier noch eine weitere Ausdehnung erhalten. Wenn schon bei der nur allgemein verbreiteten Besorgniß das sicherste Schützungsmittel darinn bestand, bei Vermeidung alles, was dem Körper mittelbar oder unmittelbar die Reize sehr entziehen könnte, wodurch seine Thätigkeit des Lebens erhalten wird: so ist dieses noch ungleich mehr hier nöthig. Wenn dein Weib, du guter Familienvater, wenn eins deiner Kinder an einem solchen bösartigen Fieber liegt, unverzagt nahe dich ihm, nicht die Krankheit dieses Gliedes würde dich anstecken, sondern die Furcht, die Zaghaftigkeit, mit der du ihm nahe trätest. Wisse es, durch einen solchen öftern Umgang verliert sich selbst die Empfänglichkeit; die Natur, könnte man sagen, gewöhnt sich dann daran. Nur hüte dich, nicht nüchtern bei dem Bette des Kranken zu verweilen, nur hüte dich, bei demselben zu essen, zu käuen, und den Speichel niederzuschlucken. Es ist hier die Gelegenheit, einen vortheilhaften Gebrauch von dem Tabak zu machen, und ihn entweder zu kauen und zu rauchen, auf beiderlei Art hat man ein Mit-

tel, das Hinunterschlucken des Speichels zu verhüten und im Gegentheil ihn fleißig auszuleeren. Ein fleißiger Genuß des Weines, so daß er uns heiter und froh erhält, bei jeder gut verdaulichen, nährenden Mahlzeit, ist auch hier um so weniger entbehrlich.

Außerordentlich viel thut für die Verminderung der Ansteckungsgefahr die Reinlichkeit, die in jeder Hinsicht bei dem Kranken solcher Art beobachtet werden muß. Reinheit der Luft ist das erste, was hierher gehört. Sie ist der Mittelkörper, wodurch sich die Mittheilung des Giftes an den sich darinn aufhaltenden am leichtesten verbreitet, und die jeden Augenblick theils durch das Ausathmen des Kranken, theils durch seine Ausdünstungen und Ausleerungen am meisten verdorben wird. Wo mehrere Kranke in einem Zimmer sind, oder wo dieses sehr klein ist, da hält dieses am schwersten. Bis jetzt kannte man in dieser Hinsicht fast allein das Räuchern mit Essig, und den Ventilator. Seit kurzem aber benutzt man denn auch die wohlfeilen Räucherungen mit Vitriolsäure und Küchensalz; (s. oben) und die freilich etwas kostbaren Salpeterdämpfe, welche der Engländer Smith zur Verhütung bösartiger Krankheiten in Vorschlag gebracht hat und welche am bequemsten so bereitet werden:

Ein Loth concentrirte Vitriolsäure, oder Vitriolöhl, wird in eine Tasse gegossen. Diese Tasse stellt man auf einen Teller in mäßig heißen Sand. Wenn das Vitriolöhl erwärmt ist, streut man ungefähr ein Loth gepulverten Salpeter nach und nach hinein. Mit einem gläsernen oder hölzernen Instrumente muß die Mischung gehörig umgerührt werden, und nun steigt ein starker Dampf empor, der sich im Zimmer gehörig verbreiten muß. Dem Kranken darf die Tasse nicht zu nahe gebracht werden, ob ihm gleich sonst das Räuchern nicht schadet. Da es darauf ankommt, daß sich der Dampf gehörig im Zimmer überall hinverbreitet, so müssen Fenster und Thüren eine Stunde lang zugehalten werden. Das Räuchern selbst wird täglich einmal und nur in schlimmen Fällen zweimal vorgenommen. Uebrigens versteht es sich von selbst, daß das Vitriolöhl sorgfältig behandelt, von den Kleidern, Fingern u. s. f. sorgfältig entfernt gehalten werde, da es ungemein in diesem hier nöthigen Grade der Concentration fressend ist.

Eine gleiche Sorgfalt muß nothwendig auch in Bezug auf Reinlichkeit der Wäsche, der Betten, des Nachtstuhles von Kranken obwalten. Im Fall er schwitzt, muß er, so oft es nöthig ist, ein weißes Hemde bekommen, und das verunreinigte sogleich in ein Gefäß mit frischem Wasser

gethan werden, wo es eine Stunde lang liegt, bevor es in anderm Wasser ausgewaschen wird. Unreinigkeiten im Nachtstuhl dürfen sich nie anhäufen. Bei jeder Ausleerung muß er und das Nachtgeschirr sogleich ausgeschüttet und mit frischem Wasser zur Hälfte angefüllt seyn. Mit den Betten läßt sich solche Reinlichkeit am schwersten erhalten. In dieser Hinsicht ist es das beste, dem Kranken solcher Art gar keines zur Unterlage zu geben, sondern ihn auf einer nur mit Stroh gestopften Matratze liegen zu lassen. Im Nothfall kann diese bald mit frischem Stroh angefüllt und ausgewaschen werden. Zur Decke dient eine flanellene mit Leinwand überzogene Decke, oder ein dünnes Federbette. Jene würde freilich am besten seyn. Es ist gewiß, daß diese Vorsichtsmaaßregeln schon vortheilhaft für den Kranken sind, der an einer solchen Krankheit darnieder liegt, noch weit mehr aber sind sie es für den Gesunden, der mit ihm umgehen, ihn pflegen und warten muß.

Es giebt mehrere solche ansteckende Krankheiten, für welche der Organismus, ungemein seltne Fälle ausgenommen, nur einmal während des Lebens empfänglich ist. Hierhin gehören die Masern, die Blattern, auch wohl das Scharlachfieber. So leicht entrinnt ihnen Niemand. In dieser Hinsicht sorge man alsdann nur dafür, daß der Körper vor ihnen nicht schon durch Ent-

ziehung der wichtigsten Lebensreize geschwächt sey. Ich übergehe das letztere jetzt mit Stillschweigen, da ich weiterhin im Allgemeinen von einer hier obwaltenden fehlerhaften Gewohnheit sprechen muß, die im gemeinen Leben noch immer beobachtet wird.

Man hat die Erfahrung gemacht, daß mehrere solcher Krankheiten sehr gut durch eine künstlich erregte dieser Art ungemein erleichtert und gefahrlos gemacht werden können. Bis jetzt war dieses nur in Bezug auf die Blattern vorzüglich angewendet. Aus Cirkassien kam die Inoculation durch die Lady Montague nach England, von wo aus sie sich allmählig unter mannigfaltigen Widersprüchen der Aerzte, der Prediger und der nun gern Widersprechenden jedes Standes über ganz Europa verbreitete, bis sie denn endlich durch die entdeckten Schutzblattern unnütz wurde. Die Inoculation der Masern ist mit weniger auffallendem Glücke versucht worden. Da sie selten unmittelbar gefährlich und meistentheils durch die Nachkrankheiten bedenklich werden, so darf uns dieses wenig Wunder nehmen. Am meisten ist jetzt das Scharlachfieber gefürchtet, gegen welches bisher vergeblich ein ähnliches Sicherungsmittel gesucht wurde. Man wollte es, wie denn alles immer übertrieben wird, in der Kuhpockenmaterie ebenfalls

gefunden haben, allein die Erfahrung entsprach diesem Glauben gar nicht.

Es versteht sich fast von selbst, daß es Pflicht ist, wenn ein solches Sicherungsmittel in einer solchen Krankheit gefunden ist, davon Gebrauch zu machen. Man muß sich wundern, wie es nur immer noch Eltern geben kann, die gegen die Einimpfung der Schutzblattern noch Bedenken tragen können und lieber ihre Kleinen von den gefährlichen natürlichen hinraffen lassen. Man sieht dieses leider, um von sehr aufgeklärten Gegenden zu sprechen, vorzüglich noch in Berlin. Vergebens hat der König hier einen Impfarzt bestellt, um den Aermern jede Ausrede zu benehmen. Fast keine Woche vergeht, wo nicht mehrere Todesfälle von den natürlichen Blattern zu wege gebracht in den öffentlichen Nachrichten zur Warnung bekannt gemacht würden.

XII.

Fortsetzung.

Ansteckende Krankheiten der letztern Art verbreiten sich vorzüglich auch, wie wir hörten, durch Mittheilung des Krankheitgiftes in Kleidung, Betten u. s. f. Es ist eine bekannte

Sache, wie die fürchterlichsten Blatterepidemien sich auf solche Art von einem oder wenigen Kranken verbreitet haben; wie sie so in die weiteste Entfernung sind gebracht worden. Dieß war in der That eins der vorzüglichsten Hindernisse, das der Blatterinoculation im Wege stand; ein Kind, das so erhalten wurde, statt zehn nicht inoculirte Kinder, von denen leicht mehrere ein Raub des Todes wurden. Es ergiebt sich daraus, daß mit den Kleidern, Betten und dergl. von Personen, die an ansteckenden Krankheiten litten oder gar starben, nicht genung Vorsicht getrieben werden kann, wenn sie wieder gebraucht werden sollen. Oft wäre es besser, wenn sie gar nicht gebraucht würden. Es ist eine große Mangelhaftigkeit unserer (medizinischen) Polizei, daß sie auf den Verkauf alter Kleidungsstücke kein besseres Auge hat. Manches Uebel mag sich wohl dadurch im Stillen fortpflanzen. Vorzüglich mag dieses von Schwindsucht, Gicht, Podagra und dergl. gelten. Wenn Kleidungsstücke solcher Art sollen gebraucht werden, so müssen sie vornehmlich lange in freier Luft gewesen, sorgfältig gereinigt seyn.

Ansteckende Krankheiten der letztern und der erstern Art werden leider nur gar zu leicht auch durch die Leichname der daran Verstorbenen

verbreitet, die nicht allein zum Theil viel zulange in Gemeinschaft mit den Lebenden und Gesunden erhalten werden, sondern noch ungleich mehr durch die mannigfaltige Begräbnißart, durch die in dieser Hinsicht obwaltenden Gebräuche schaden. Es bleibt der Polizei hier noch vieles zu thun übrig. Manches thut sie gern, sie muß es indessen leider immer nur beim Befehlen bewenden lassen, und leider sind denn hier die meisten Menschen noch, vorzüglich auf dem Lande, eigensinnig genug, diese nicht zu befolgen, die der Gebrauch der gesunden Vernunft unnöthig machen sollte. Das Aussetzen der Leichname zum Beschauen, das Tragen derselben sind Gewohnheiten, die auch hier in unsern Gegenden so manchmal zur Unterhaltung der fürchterlichsten Scharlachfieberepidemien das Ihrige beigetragen haben. Die ehemals überall gewöhnlichen Leichenessen sind auch jetzt noch an einiger Orten gewöhnlich und wie sehr wird ihre Abstellung in dieser Hinsicht zu wünschen seyn! In entferntern und noch unaufgeklärtern Gegenden giebt es denn noch andere Dinge, die hier erwähnt zu werden verdienten, wenn nicht der Raum geschont werden müßte. Erst kürzlich mußte z. B. in Bayern der Befehl gegeben werden, durchaus nicht mehr dem Gebrauche zu fröhnen, einen Kuchen aus dem auf dem Leichname in Gährung gekommenen Teige zu backen

und unter die zur Leichenbegleitung zusammengebetenen Gäste zu vertheilen.

XIII.

Fortsetzung.

Unter diejenigen ansteckenden Krankheiten, die nur durch unmittelbares Zusammentreffen der Materie, welche dabei Statt findet, mit dem Körper, in welchen sie übergetragen werden kann, Statt finden, gehört das Wuthgift, das der Krätze, der Flechten, das venerische, wahrscheinlich auch der Gichtstoff und ähnliche Krankheiten, über deren Ansteckungskraft man noch nicht recht einig ist. Man sieht leicht ein, daß man sich gegen sie am leichtesten sichern kann. Einmal wird es darauf ankommen, daß wir uns des Gebrauches aller der Kleidungsstücke, Betten, Geschirre u. s. f. enthalten, von welchen zu befürchten steht, daß sie den Stoff der einen und der andern Krankheit etwa enthalten könnten, und dann im Umgange mit solchen Personen hüte man sich nur, daß ihre Säfte, am allerwenigsten aber der Stoff, welcher das Charakteristische ihres Uebels ausmacht, nicht mit dem unsrigen vermischt werde. Wir wollen die vorzüglichsten Momente hier einzeln berücksichtigen.

Die Furcht vor Ansteckung des venerischen Giftes dürfte wohl die am meisten gegründete seyn. In allen Städten, Dörfern, unter allen Classen wüthet es offenbarer oder versteckter; unmittelbar zieht sich es jener durch den Genuß der Wollust im Arme feiler Dirnen, dieser unwissend im Arme einer längst verführten Gattin zu. Eine Amme bringt es in die reinste Familie. Je verborgner oft das Uebel wüthet, je weniger es oft sich durch äußere Kennzeichen verräth, desto leichter kann man in Gefahr kommen, ganz schuldlos ein Opfer fremder Schuld zu werden. Es ist hier in der einen Hinsicht nöthig, um sich zu schützen, den vertraulichen Umgang mit dem andern Geschlecht zu meiden, so lange man nicht die überzeugendsten Beweise von Reinheit hat. Allein da dieses doch nur vor offenbarer grober Ansteckung, nicht vor jener feinern schützt, die man oft gar nicht vermuthen kann, z. B. durch Speichel, der mit dem Eiter gemischt ist, welchen kleine Mund- und Nasengeschwüre hergeben können: so hüte man sich überhaupt, einen Gebrauch von Pfeifen, Klystiersprützen, Löffeln und dergl. Dingen zu machen, wenn man nicht die überzeugendsten Beweise von der Reinheit derer hat, welche sie vorher benutzt hatten. Im Fall man diese, wie es oft geschieht, nicht haben kann, so sorge man zuerst für hinlängliche Reinigung. Mit Betten möchte hier am leich-

testen etwas auf Reisen z. B. zu besorgen seyn. Um indessen auch auf anderen Seiten nicht gefährdet zu werden: so hüte man sich vor unvorsichtigem Gebrauche fremder Abtritte; man küsse nicht jeden auf die Lippen, den man nicht kennt. Kinder werden oft von Ammen angesteckt. Von dem Lebenswandel, der Gesundheit dieser sey man vollkommen überzeugt, ehe man sie annimmt, da sich auf diesem Wege oft das Unglück auf die ganze Familie verbreitet.

Uebrigens unterlasse man nicht, im Falle sich dennoch Spuren der Ansteckung bei einem zeigen sollten, sogleich die Hülfe des Arztes zu suchen.

Was das Wuthgift anbelangt, so ist es, dem Himmel sey Dank! ungleich weniger zu befürchten. Theils verbreitet es sich nur zuerst von einem wüthigen Thiere und dann kann oft noch schnell durch Ausschneiden, Ausbrennen des verletzten Theiles jede fernere Gefahr der Ansteckung verhütet seyn, theils ist denn doch, vorzüglich bei gehöriger Vorsicht, die Quelle des Uebels fast völlig zu verstopfen. Es ist eine ausgemachte Sache, daß hier fast allein vom Hunde Gefahr zu besorgen steht. Die gehörige Behandlung dieser sichert auf der einen Seite, die schnelle Tödtung derselben bei den geringsten Spuren der

sich entwickelnden Wuth auf der andern vor der schrecklichen Gefahr, die daraus entspringen kann. Es ist über die Kennzeichen, woraus man einen Schluß auf die zu befürchtende Tollheit des Hundes machen kann, schon soviel gesagt, von Obrigkeiten selbst bekannt gemacht worden, daß ich bei Lesern dieser Blätter das Hierhergehörige leicht voraussetzen kann.

Man will die Erfahrung gemacht haben, daß sich das Wuthgift im Menschen ungemein lange verhalten haben soll. Von mehr, als einer Jahresfrist wird dieses behauptet. Ganz Bestimmtes scheint sich darüber nicht feststellen zu lassen. Wer von einem tollen Hunde gebissen wurde, und sogleich durch Ausschneiden, oder Ausbrennen der Wunde, oder, wenn der Ort, wo sie sich befindet, dieses nicht erlaubt, durch Auswaschen mit Salzwasser, Urin, und Aufsaugen mittelst Schröpfköpfe und Einschneiden, dem Eindringen des Giftes in die Säftemasse vorbeugte, kann gewiß ruhig seyn, vorzüglich wenn er etwa noch Gebrauch von den innerlichen Mitteln macht, die in dieser Hinsicht ein Arzt zu verordnen pflegt.

Die Krätze ist eine andere ansteckende Krankheit der letztern Art. Vermeidung der Kleidungsstücke oder Betten des Kranken ist hier

das

das Erste; größere Reinlichkeit, als man sonst für gewöhnlich beobachtete, das Zweite, das man für seine Sicherstellung nöthig hat, wenn man mit einem Krätzigen umgehen muß. Waschen mit Seife, mit Salzwasser (kaltes Wasser, worinne soviel Kochsalz aufgelößt worden ist, als sich darinne auflößen ließ), sind fast untriegliche Sicherungsmittel, vorzüglich wenn man dabei Herr genung seiner Empfindungen ist und sich durch den eignen unangenehmen Geruch eines solchen Menschen nicht zum Eckel verleiten läßt.

Mit den Flechten ist es dasselbe. Aehnliche Vorsicht findet auch bei den übrigen Krankheiten Statt, die im Rufe der Ansteckung stehen, z. B. der Schwindsucht, Gicht, vielleicht selbst Rhevmatismus.

Wie übrigens die eine und die andere Art von Ansteckung, die unmittelbare durch Berührung, die mittelbare bei epidemischen Faulfiebern und dergl. möglich sey, ist noch eine ganz im Dunkel liegende Sache.

XIV.

Fortsetzung.

Ehemals war der Glaube allgemein, daß man sich durch den Gebrauch dieser oder jener Mittel gegen jede Gefahr der Ansteckung sichern könne. Man benutzte hierzu bald Amulete, bald Gift anziehende Steine, bald diese bald jene Arzneymittel, worunter sich vorzüglich schweißtreibende, purgirende, Aderlässe, Brechmittel befanden.

Wir sahen oben, daß sich wirklich die Gefahr der Ansteckung in den noch so epidemischen Krankheiten um ein großes mindern ließe. Allein welche Mittel waren dazu nöthig? Nur solche, die den Körper bei Kraft und Stärke erhielten, dem Geiste Muth und Vertrauen gaben. Jene Mittel, die der Aberglaube und die Unwissenheit in Schutz nehmen, thun dieses nicht, oder schaffen gerade das Gegentheil. Wenn Amulete und dergl. Thorheiten hier nützlich zu werden schienen, so war es entweder Zufall, oder die Folge des blinden Zutrauens, das sich so oft bei denen erzeugt, die solchen Alfanzereien anhängen. Sie möchten wohl jetzt am wenigsten Anhänger haben, also auch kein Wort mehr von ihnen.

Die zweite Art, sich zu schützen, spukt noch gewaltig in den Köpfen. Vorzüglich auf dem Lande liebt man sie noch. Wenn die Masern, das Scharlachfieber zu wüthen anfangen, dann giebt man den Kindern, die noch nicht ergriffen sind, zu purgiren, wenn Epidemien grassiren, die den Erwachsenen befallen, so nehmen diese zu schwitzen ein, oder sie lassen zu Ader. Ueberlegt man, daß fast alle solche Krankheiten in entferntem oder näherm Bezug daher entstanden, daß die Lebensthätigkeit nicht genug im Gange erhalten wurde; daß schlechte Luft, ungesunde, unverdauliche Nahrung die Krankheit vorbereitet hatte, so kann man nun leicht berechnen, wie sehr dadurch der Körper erst noch recht vorbereitet wird, der Wuth einer solchen Epidemie zu unterliegen, da ihm eine Menge Säfte so entzogen werden, und wie gefährlich es um ihn stehen wird, wenn er wirklich ergriffen ist. Uebrigens ist es ja eine bekannte Sache, daß der gemeine Mann keine andern, als recht starke Purgiermittel leidet; daß ihm sein Bader oder Apotheker, theils um die Kundschaft nicht zu verlieren, theils aus eigner Unwissenheit oft recht starke giebt; daß der erstere nicht Ader läßt, als um sich das Blut oft bis zur Ohnmacht entleeren zu lassen. Wie sehr werden alle diese Umstände die Gefahr vermehren; vorzüglich wenn noch alle die Verhältnisse nicht berücksichtigt werden, die,

wie Schwächlichkeit, kindliches Alter, Schwangerschaft u. s. f. so bedeutend sind. Könnte man dem Landmann und den ihm noch gleichenden Städtern den Glauben entreißen, daß dergl. Dinge von Nutzen wären! Nicht viel besser ist der Glaube an sogenannte Präservativ- und Frühlingskuren, wie sie auch noch in den höhern Ständen selbst immer noch beliebt sind, wo im Frühjahre Molken, Kräutersäfte, im Sommer Mineralwasser getrunken werden. Werden sie nur soweit getrieben, daß dem Körper dadurch keine Säfte entzogen werden, nun dann geht es allenfalls, indessen wird doch nur selten der Fall eintreten, daß man sie ganz ohne allen Nachtheil benutzte. Die auf einmal veränderte Art, sich zu nähren, die strenge Mäßigkeit, welche hier nicht selten auf einmal nun beobachtet wird, dieß und so manches andere macht auch dergleichen Vorbereitungen mehr oder weniger schädlich. Entweder ist der Mensch gesund oder er ist nicht gesund. Im erstern Falle kann er seine Gesundheit dadurch gewiß nicht erhalten, mithin macht er sich umsonst Mühe. Oder er ist nicht vollkommen gesund; in diesem Falle muß nothwendig die Art der Mangelhaftigkeit erörtert seyn und dann sich daraus bestimmen lassen, was gethan werden müsse, das Mangelnde gut zu machen. Daß dazu nicht ein solches Ver-

fahren in jedem Falle beitragen wird, bedarf keines Beweises.

Es wird hier nicht unschicklich seyn, zum Schlusse dieser Materie denn auch noch zugleich das zu erörtern, was man thun kann, wenn es sich trifft, daß man beim Umgange mit ansteckenden Kranken entweder so eben angesteckt ist, oder es doch wenigstens zu seyn befürchtet, weil sich etwa Zufälle äußern, die uns bisher fremd waren. In einem solchen Falle zeigen sich gewöhnlich Kopfschmerzen, Schwindel, Magenbeschwerden, Eckel, Neigung zum Brechen, Muthlosigkeit, Mattigkeit, schweres Athmen, wo man sich oft mit einem tiefen Seufzer erleichtern will, unerklärbare Bangigkeit, Durchfall, u. s. f. Es versteht sich von selbst, daß nicht gerade alle diese Zufälle da sind. Bei dem einen zeigen sich mehrere, und gerade diese, bei dem andern weniger, und gerade jene. Indessen dieses thut weiter nichts; wenn sich nur einer oder zwei zeigen, und man aus seiner Lage schließen kann, aus welcher Quelle sie herfließen, so eile man, den Feind zu entwaffnen, der schon gegen uns im Anzuge ist. Wie man dieses thun müsse, lehrt uns Herr D. Struve in seinem Krankenbuche *).

---

*) S. 213.

„Das Beste, sagt er, ist, sich augenblicklich von dem Kranken zu entfernen; je weiter, je besser. Man nähere sich dem Kranken nicht eher wieder, als bis diese Zufälle vorüber sind. Kann es seyn, so entferne man sich selbst von den angesteckten Orten, um in einer reinen Luft zu athmen. Sogar die Erinnerung an die Zufälle der Krankheit selbst sollte man zu verbannen suchen. Man fliehe alle eckelhafte Vorstellungen, alles, was das Gemüth beunruhigt und niederschlägt. Eine mäßige Bewegung in freier Luft, Zerstreuung, und irgend eine angenehme Beschäftigung wird uns dem schon ausgestreckten Arme der Krankheit entreißen. Ein Glas Wein, oder guter Punsch, oder ein Paar Tassen recht starker Kaffee wird uns hier sehr zu statten kommen. Der Kaffee wird sich hier bei Personen, die ihn nicht häufig trinken, wie eine wahre Arznei beweisen."

Recht sehr vortheilhaft wird man, im Falle sich solche Zufälle im hohen Grade zeigen, ein Kampferpulver nehmen können, das etwa nach folgender Formel bereitet war.

Rec. Camphor. pur. gr. j.
Sach. alb. ʒi.
Ope aliq. gtt. Spir. Vin. F. P. D. Auf einmal zu nehmen.

Nimm reinen Kampfer 1 Gran.
Zucker 1 Quentchen.
Mit einigen Tropfen Weingeist zu Pulver zu machen.

Man legt sich, wenn man es eingenommen hat, zu Bette, und wartet die dadurch entstandene Ausdünstung ab.

Es ist mancher, der schon das Gift der Ansteckung in allen Gliedern fühlte, noch mancher dadurch gerettet worden, daß er sogleich in die freie Luft eilte, und einige Stunden bei ununterbrochener mäßiger Bewegung darinn ausharrte.

Beobachtet man die angegebenen Regeln; nahet man sich dem Kranken mit Muth und Zuversicht, baut man auf Gott mit Ergebung in das mögliche ähnliche Schicksal, so wird man von Ansteckung bei solchen epidemischen Krankheiten gewiß ungleich weniger zu fürchten haben, als ein anderer, der zu zärtlich ist, um nicht Eckel zu empfinden, zu furchtsam, um nicht mit Zittern sich zu nahen.

XV.

G i f t e.

Es giebt eine Menge Substanzen, die schon in ziemlich kleiner Menge sehr gefährliche Wirkungen im menschlichen Körper verursachen können, inwiefern sie entweder die Thätigkeit des Lebens zu sehr anstrengen, oder eine Veränderung der Bestandtheile hervorbringen, welche den Körper zusammensetzen, und also auf chemische Art Schaden, oder endlich wohl gar auf mechanische Art Gefahr bringen. Man nennt solche Substanzen G i f t e. Nun sieht man leicht ein, daß der Begriff davon sehr vag, sehr unbestimmt ist. Es kommt allein auf die Menge an, in der so eine Substanz schädlich werden kann, vielleicht auch wohl auf die Wiederholung derselben Menge. Nimmt man eine kleinere Menge, als durch die Erfahrung als gewöhnlich nachtheilig erkannt wird, so ist die Wirkung entweder von ganz anderer Art oder gar nicht zu beobachten. Eine Menge Gifte können auch ihr Schädliches durch öftern Gebrauch so verlieren, daß sie wenigstens in ungemein hohem Grade erst bei einer recht großen Menge gefährlich werden. Da indessen es doch gewiß ist, daß denn doch diese oder jene Substanzen dem menschlichen Leben die bedeutendste Gefahr bringen können, so wollen wir

denn, ohne gerade uns um den strengen Begriff zu bekümmern, die Sache selbst näher erörtern. Dieß wird denn auf zweierlei Art geschehen können. Entweder nehmen wir auf die einzelne Substanz Rücksicht, die in den organischen Körper gekommen war, und darnach wird sich denn die ganze Behandlung bestimmen lassen; das ist der eigentliche Gesichtspunkt, den man immer dafür wünschen sollte. Oder man nimmt darauf überhaupt nur, nur im Allgemeinen Rücksicht, und so mangelhaft nun freilich eine solche Ansicht der Sache ist, so muß man es oft dennoch, da entweder der Vergiftete selbst es nicht zu sagen weis, oder sich zu erklären zu schwach ist, was es genossen hat.

Wir wollen aus leicht begreiflichen Gründen den Anfang mit dem Letztern machen. Die erste Regel bei Vergiftung ist denn nun:

Man entferne das Gift, so bald als man kann.

Alle Wirkungen des Giftes können oft verhindert werden, wenn man im Stande war, es wieder aus dem Körper zu bringen, bevor es Zeit gehabt hatte, nach seiner Art diesen Schaden zu bringen. Dazu dient denn an sich nichts besser, als ein Brechmittel. Mit Hülfe dieses vermag man oft die größten Gefahren zu verhüten, die daraus ihren Ursprung nehmen,

Indessen weil es denn doch wiederum Zeit brauchte, ein für diesen Behuf eigends bereitetes Brechmittel auch aus der nächsten Apotheke zu bekommen, und jeder Augenblick hier kostbar ist: so unterlasse man nicht, bis zur Herbeischaffung dieses von andern Mitteln Gebrauch zu machen, die ebenfalls hier benutzt werden können. Man trinke viel warmes Wasser, kitzle den Gaumen mit dem Finger oder einem Federbart.

Bei Giften, welche keine Schmerzen verursachen, bei denen im Gegentheil Betäubung, Sinnlosigkeit die nächste Wirkung ist, kommt der Gebrauch des Brechmittels nie zu spät. Immer wird es als vortheilhaft angesehn werden können, um auf der einen Seite vielleicht dennoch einen Theil des Giftes zu entfernen, und so den Fortgang der Wirkungen zu verhindern, während auf der andern Seite die Wirkung des Brechmittels selbst dazu dient, den schon angegangenen, erschienenen jenes Widerstand zu leisten. Indessen ganz anders ist es, wenn das genommene Gift schon heftige Schmerzen erregt hat, weil es schon lange im Magen war, oder von der Natur ist, auf diesem Wege sich auszuzeichnen. In diesem Falle muß man zunächst suchen, die Theile, auf welche das Gift zunächst wirkt, die Magenwände also gegen die Einwirkung des Giftes zu sichern. Dazu empfehlen sich denn nun vorzüglich öhlige, schleimige Getränke.

Es ist ein Grundsatz bei allen plötzlichen Lebensgefahren, das erste passende Mittel ist auch das beste, weil es immer das erste ist. Wenigstens verdient es bis zur Anwendung eines noch wirksamern angewendet zu werden. So unterlasse man denn nicht, auch hier diesen Grundsatz zu befolgen, und so das erste Getränk der angezeigten Art zu nehmen, das bei der Hand ist, sey es auch, welches es wolle. Hafergrütze, fette Milch, Oehl, selbst zerlassene ausgewaschene Butter mit Hafergrütze.

Diese Mittel empfehlen sich nicht allein aus der angegebenen Ursache, sondern auch dadurch, daß sie eine schmerzlose Ausleerung des Magens, mithin eine Entfernung des Giftes bewirken.

Diese Mittel sind bei Vergiftungen überhaupt brauchbar, insofern alle Umstände anzeigen, daß die Substanz noch im Magen ist, noch nicht in die Gedärme selbst übergegangen ist. Allein wenn dieser Fall nicht Statt findet, wenn Schmerz in der Nabelgegend, Stuhlzwang, gespannter Unterleib und dergl. Zufälle vermuthen lassen, daß schon die Gedärme selbst daran Theil nehmen, dann ist die Sache freilich anders und meistentheils hat man hier nur mehr darauf zu sehn, die Einwirkungen einzuschränken, welche jetzt so sehr von dem Gifte zu befürchten sind, an dessen Ausleerung kaum zu denken ist. Klystiere von schleimigen Sachen, Umschläge auf den Unterleib

von erweichenden Kräutern, in Ermangelung derselben nur Flänelllappen eingetaucht in warmes Wasser oder warme Milch; Genuß solcher Substanzen, das ist dasjenige, das sich hier zunächst empfiehlt, und bis zur Ankunft eines Arztes fortgebraucht werden kann.

Aus den schon angefangenen Wirkungen des Giftes kann man oft denn doch abnehmen, von welcher Art es ist, gesetzt, daß man auch gerade nicht die einzelne Gattung selbst erkennt. Man nimmt vielleicht also aus der Betäubung, oder aus dem Irrereden der Sinnlosigkeit, wahr, daß hier eines jener vegetabilischen Pflanzengifte genossen worden sey, die unter dem Namen des Schierlings, der Belladonna, des Opiums rc. bekannt sind.

In diesem Falle wird zuerst ein Brechmittel angewendet; alsdann reicht man dem Kranken viel säuerliches Getränk. Essig, saure Molken, Buttermilch, Saft saurer Früchte, z. B. Himbeeren, saurer Kirschen. Man bringt ihn in die frische Luft; macht Essigumschläge auf den Kopf oder Umschläge von kaltem Wasser darauf. Uebrigens wende man alles Mögliche an, zu verhüten, daß der Kranke vom Schlafe ergriffen werde. Ist das Gift schon lange im Körper, so unterläßt man dann nicht, Klystiere von denselben Sub=

flanzen, nämentlich also von mit Wasser verdünntem Essig, zu geben.

Als ein recht kräftiges Gegenmittel bei betäubenden Giften ist der Kaffee bekannt. Nur muß er recht rein seyn, ohne alle Surrogate, und recht stark bereitet werden. Man läßt etwa zwei Tassen kochendes Wasser auf ein Loth Kaffee nehmen, und so nach und nach vier bis sechs Tassen trinken.

Ein andermal wird man auf diese Art wahrnehmen, daß ein ätzendes, fressendes Gift ist genommen worden. Die entsetzlichen Schmerzen, das Schneiden, Grimmen, u. s. f. beweiset dieses, in diesem Falle passen jene einhüllenden Mittel, und wenn man Ursache hat, zu vermuthen, daß so ein Gift vielleicht gar eine ätzende Säure war, z. B. Sublimat, Scheidewasser, Vitriolsäure und dergl., so ist alsdann die Verbindung eines einhüllenden, den Magen und die Därme schützenden Mittels vielleicht gar mit einem zu verbinden, das dem Gifte unmittelbar entgegengewirkt, seine Bestandtheile selbst unschädlich macht. Es empfiehlt sich als solches vorzüglich die Seife. Es besteht diese bekanntlich aus Laugensalze, mit Oehl oder Fett so verbunden, daß bei der mindesten Vermischung der Seife mit einer Säure das Oehl frei wird, und das Laugensalz mit der Säure ein leichtes Mittelsalz bildet. Unter sol-

chen Umständen kann man leicht berechnen, wie vortheilhaft dieses ist. Wenn man Scheidewasser verschluckte, so wird sich auf diese Art diese (Salpeter-) Säure mit dem vegetabilischen Laugensalze der Seife verbinden, und Salpeter bilden. Im Falle man Sublimat verschluckte, wird die diesem Quecksilber anhängende Salzsäure sich ebenfalls losreißen, und mit dem Salze in Verbindung treten.

Es kommt also nur darauf an, daß man die Seife hier in einer Gestalt gebe, die die Vereinigung recht sehr begünstigt, und dadurch die Milderung der Zufälle selbst bewirkt. Man läßt daher feingeschabte Seife in heißem Wasser so auflösen, daß etwa vier Theile Wasser zu einem Theile der Seife genommen werden. Lauwarm trinkt man alle drei, vier Minuten eine Tasse davon.

Je feiner die Seife ist, je reiner das Oehl ist, das dazu genommen war, desto vortheilhafter ist sie, insofern das Oehl ein treffliches Mittel ist, befreit von der Vereinigung mit dem Laugensalze die Magenwände zu beschützen. In dieser Hinsicht verdient nun freilich die feine spanische, die venetianische, wie man sie nennt, die englische Seife, bereitet aus gutem Baumöhl und Laugensalze, den Vorzug vor unserer

gewöhnlichen, die aus stinkendem Fette, Thran, wohl gar bereitet wird. Indessen ist freilich auch hier die letztere vorzuziehen, wenn die Herbeischaffung der erstern Sorte Mühe macht.

XVI.

Fortsetzung.

Werfen wir denn jetzt auch einen Blick auf die einzelnen Gifte, welche gefährlich werden können.

Noch immer hört man von einem die schauderhaftesten Beispiele, dessen Gebrauch für uns ganz unnöthig wäre, wenigstens eine viel größere Vorsicht verdiente, als dabei immer noch im Allgemeinen beobachtet wird. Es ist der Arsenik, den wir auch unter dem Namen Operment, Rauschgelb, Fliegenstein und einigen andern Benennungen kennen, und unter den grausamsten Schmerzen unglaublich schnell tödtet. Schauder, Zittern, fruchtloses Würgen, Brennen im Halse und im Magen, Schneiden im Leibe, Stuhlzwang, Harnstrenge, sind die gewöhnlichsten Zufälle. Das versteht sich, daß bei einer sehr geringen Menge, die man genommen hat, diese Zufälle in sehr geringem Maaße erscheinen, und selbst der unmittelbar

erfolgende Tod ausbleibt. Allein ungepeinigt kommt man dennoch nicht leicht davon. Abzehrung, Lungensucht, Wassersucht, verstopfte Eingeweide folgen früher oder später. Vergiftungen dieser Art erzeugen sich vorzüglich durch den Gebrauch desselben für die Tödtung der Ratten und Mäuse, durch Farben, die damit vermischt und zu Spielsachen und dergl. angewendet sind, durch Arzneien endlich. Die erste und die letzte Art ist die gemeinsamste. Kein Jahr vergeht, wo nicht ein oder mehrere Unglücksfälle dadurch veranlaßt würden, daß man Mehl, welches damit vermischt war, oder das Gift selbst benutzt hatte. Der letztere Fall gehört gewöhnlich zu den unmerklichern Vergiftungen. Die Arzneien, welche von Hausirern gegen Fieber, Grindköpfe u. s. f. verkauft werden, sind nur gar zu oft arsenikalische Zubereitungen und mancher fand seinen frühen Tod darinne.

Man sieht, daß Verhütung eines so entstehenden Unglücks recht sehr leicht ist. Es kommt nur darauf an, nicht einen Gebrauch davon zu machen, dessen man recht leicht überhoben seyn kann. Es kommt nur darauf an, sich nicht solcher Arzneien zu bedienen, welche von jedem Quacksalber feilgeboten werden.

Ist indessen dennoch ein Unglück geschehen, so unterlasse man nicht, sogleich die wirksamsten Verrichtungen zu treffen. Zuerst empfehlen sich, wie

wie gegen alle fressende, ätzende Gifte, einhüllende, schleimige, öhlige Mittel. Herr D. Hahnemann, der als Chemiker vorzüglich auch bekannt ist, rühmt vorzüglich Seifenwasser, wie das bereitet ist, wissen wir schon, und Oehl zugleich. Sind so doch wenigstens die Hauptzufälle berücksichtigt: so empfiehlt er Wasser mit Schwefelleberluft. Es kann diese sehr schnell und leicht aus in den Apotheken vorräthigen Schwefelleber bereitet werden, indem man zu diesem eine Säure setzt, und dem sich nun entwickelnden Gase oder der Schwefelleberluft der Zugang zu kaltem Wasser bereitet wird, das dieselbe verschlucket und dann getrunken wird, es stellt dieses nunmehr ein künstliches Schwefelwasser vor, wie es die Natur an mehrern Orten schafft. Am einfachsten ist diese Bereitung, wenn man die Schwefelleber in eine Glasflasche schüttet, schnell den Essig dazu gießt, uud die Mündung der offenen Flasche mit dem Wasser in Kommunikation gesetzt wird. In den Fällen, wo die Vergiftung so allmählig vor sich gegangen war, ist das fortgesetzte Trinken dieser so geschwängerten Luft ebenfalls eins der sichersten Rettungsmittel. Zu gleicher Zeit wird dann auch das Anisöhl, zu zwanzig Tropfen in einem Safte gegeben, angepriesen, worauf starke Schweiße erfolgen sollen. Der berühmte Hufeland lobt gegen Arsenikvergiftungen vorzüglich

das zerflossene Weinsteinsalz. (Ol. tartari per deliquium). Er gab es in zwei Fällen alle Viertelstunden zu 60 Tropfen in Verbindung mit Oehl, Milch und dergl.

Am schwersten gelingt die Rettung, wenn Vergiftung durch äußerliche Einwirkung geschah. Meistentheils ereignet sie sich noch durch Einstreuung in Geschwüre, unter Pflastern - Salbenform. Eine seltene Art theilt der Verkündiger (6. Stück 1803. August) mit. Zu Anfange des Mayes dieses Jahres wollte ein wohlhabender Bauer unweit Danzig Hochzeit halten. Um gehörig geschmückt in der Kirche zu erscheinen, wünschte er seine und seiner Braut Haare gepudert. In seinem Dorfe war kein Haarpuder zu haben. Da er nun zur Trauung nach Dischau fahren mußte, wo sein Dorf eingepfarrt ist, so hielt er auf dem Wege bei einem Wirthshause an, und äußerte auch da seinen Wunsch, gepudert vor dem Altar zu erscheinen. Die gefällige Wirthin eilt nach ihrer Kammer, um ihm ein Papiersäckchen mit Puder zu holen, welchen er nach seiner Ankunft für sich und seine Braut brauchte. So geschmückt zog das Brautpaar nebst den Gästen in die Kirche, aber die Köpfe schwollen den Brautleuten auf, und die Trauung konnte nicht vorgenommen werden. Man holte einen Arzt, und dieser fand, daß der vermeinte Puder Arsenik sey. Beide jungen Leute wurden krank und der Bräu-

tigam, der vielleicht allzuviel aufgestreut hatte, starb nach einigen Tagen. Seifenbäder, Abwaschen mit Wasser, das stark mit Schwefelleberluft geschwängert ist, möchten die besten Vorkehrungen für den Augenblick der Gefahr seyn.

Das Blei ist ein anderes Gift, welches sehr oft in den menschlichen Körper kommt, und in diesem um so furchtbarere Wirkungen veranlaßt, je langsamer es sie auf der einen Seite zu äußern pflegt, je weniger auffallend die Form ist, in welcher es sich in den Körper einschleicht. In sehr großen Gaben würde das Blei ziemlich heftige Zufälle schnell bewirken; da es aber nur immer in geringer Menge auf einmal genossen zu werden pflegt, so erzeugen sich diese auch nur allmählig; Kolikschmerzen, Trockenheit des Mundes und Halses, Lähmung der Glieder, Vertrocknung des Körpers, Auszehrung, daß sind die Formen, in welchen es seine Wirksamkeit äußert. Wer kennt sie nicht, die furchtbare Bleikolik, die so manchem Töpfer, Mahler, das Leben raubte?

Jeder, der viel mit Blei zu thun hat, läuft auch mehr oder weniger Gefahr, von diesem Gifte die traurigsten Wirkungen zu erfahren. Man hat das Beispiel gehabt, daß einer die Bleikolik

davon bekam, weil er seine Füße immerfort auf eine erwärmte Bleiplatte stellte. Den meisten Nachtheil aber bringen Weine, die damit verfälscht wurden, Schminken aus Blei bereitet, Säuren, die in schlecht-zinnernen, oder schlecht glasurten Gefäßen aufbewahrt werden, worinne sich nun ein Theil des dem Zinne zugesetzten Bleies aufzulösen Zeit hat. Man hat erst in den neuern Zeiten auf die Gefahren aufmerksam gemacht. Und wenn es auch gewiß ist, daß manches übertrieben wurde, was über die mit Blei glasurten Gefäße gesagt wurde, so kann doch auch hinwiederum nicht geleugnet werden, daß theils bis dahin, theils jetzt noch ungemein viel Nachlässigkeit von Seiten der einzelnen Individuen des Staates sowohl als Polizei Statt fand. Durch Tabaksbüchsen von Blei, durch erlaubten Verkauf der daraus bereiteten Schminken, durch so manches andere wird hier Gesundheit und Leben gefährdet.

Im Weine herrschten die meisten Betriegereien. So sehr auch, durch die schrecklichen Beispiele abgeschreckt, die Obrigkeit darauf achtet, daß sie verhütet werden, so kann sie doch nicht immer ganz für die Erreichung ihrer Absicht bürgen. Wer daher Freund seiner Gesundheit ist, wird nicht übel thun, jedesmal selbst den Wein zu erproben, den er sich kommen läßt, wenn er ihn

nicht aus ganz sichern Händen hat. Man kann dieses durch die allgemein bekannte in jeder guten Apotheke vorräthige Weinprobe, welche Hahnemann erfunden hat. Man tröpfelt nur einige Tropfen davon in ein Glas Wein. Bleibt er helle, so ist keine Bleivergiftung zu befürchten. Sicher aber ist diese da, wenn sich ein Niederschlag zeigt.

Da die Bleivergiftung in ihren Folgen sich, äußerst seltne Fälle ausgenommen, sehr langsam äußert, so kann man hier fast allemal die Hülfe eines Arztes haben. Die Bleikolik hat indessen immer sehr heftige Beschwerden. Bei ihr unterlasse man daher nicht, bis zur Ankunft eines Arztes, einhüllende und schleimige, die Leibesöffnung befördernde Mittel zu benutzen, bei sehr heftigen Schmerzen lauwarme ganze Bäder zu gebrauchen und wenn diese nicht wegen häuslicher Umstände zu gebrauchen sind: so mache man erweichende Umschläge von Milch, und dergl. auf den Unterleib und versuche es auch, ähnliche Klystiere zu geben. Versuche es, sage ich, denn oft ist der After so verschlossen, daß auch nicht die kleinste Röhre hinein kann. Merkwürdig ist es, daß, nach den Beobachtungen vieler Aerzte, hier ein Gift Gegengift für dieses ist. Man rühmt hier vorzüglich das Opium, das hier in ungemein hohen Gaben zuträglich ist.

Noch andere gebrauchten mit ungemein großem Vortheil das Quecksilber sowohl innerlich als äußerlich.

Es ist ein anderes Metall, das durch unvorsichtigen, nachlässigen Gebrauch der daraus bereiteten Gefäße nicht selten bedeutenden Nachtheil der Gesundheit bringt und dessen Gebrauch deßhalb auch jetzt ziemlich eingeschränkt wird. Es ist das Kupfer, wenn es durch eine Säure in Kalk, in sogenannten Grünspan aufgelöst ist. Der saure, herbe, metallische, unangenehme Geschmack macht es gewöhnlich einem leicht empfindlichen Gaume bemerkbar und schon in kleinen Gaben erregt es Brechen, Uebelkeit, in noch größern die allgemeinen Folgen eines ätzenden, fressenden Giftes, gegen das man dann nur auch zunächst die allgemeinen Mittel anwenden kann, die dagegen vorgeschlagen worden sind, während es auch in der That nur wenig gegen dasselbe besonders bewährte Mittel giebt. Bis jetzt kannte man in der That gar nichts von dieser Art. Vor zwei Jahren ungefähr lernte aber der ehemalige Apotheker Gallet, ein Franzose, ein solches in dem Zucker kennen. Er war durch den Genuß des Grünspans durch Speisen, die in einem schlechtverzinnten Gefäße gekocht waren, selbst vergiftet worden. Er

konnte nicht sogleich Milch und Oehl bekommen und in der Angst, die ihm die Schmerzen, die Uebelkeit u. s. f. einflößten, entschloß er sich Gebrauch vom Zucker zu machen, den er im Wasser auflößte und dieses schaffte ihm so geschwind Linderung, daß er nun den Zucker selbst unaufgelößt genoß. Das Erbrechen wandelte sich in einen viel erträglichern Durchfall; als dieser vier und zwanzig Stunden angehalten hatte, schlief er ein und wachte völlig hergestellt wieder auf.

Vergiftungen durch Queckſilber finden nur dann Statt, wenn dieses Metall sich in Form eines Kalkes, Salzes sich befindet. Vorzüglich ist hier der Sublimat zu fürchten. Vergiftungen mit ihm fallen nur etwa dadurch immer vor, daß dieses Mittel als Arznei verordnet und vom Patienten eine größere Gabe genommen wird, als ihm verschrieben ist. Da der Sublimat schon in der Menge von zwei, drei Granen, gleich dem Arsenik, entsetzliche Wirkungen verbreiten kann: so sieht man leicht ein: wie leicht hier Unglück zu verbreiten möglich ist und wohl ist es ein Wunder, daß es nicht häufiger geschieht! — Nichtärzte können hieraus abnehmen, wie leicht sie sich in Gefahr bringen können, wenn sie so ganz willkührlich um ein Bedeutendes

die Gabe der Arznei überschreiten, die ihnen vom Arzte verordnet ist; je wirksamer die Arznei, desto gefährlicher eine solche unbedachtsame Vermehrung der Gabe; nicht jedem möchte es namentlich so damit gehen, wie jenem hessischen Dragoner, der in der Meinung, viel hilft viel, binnen wenigen Tagen vierhundert Sublimatpillen verschluckte und ohne Schaden wahrscheinlich deßwegen davon kam, weil die Pillenmasse von jener Art war, die nach achttägigem Stehen statt Schreckkugeln benutzt werden kann und nicht auflösbar mehr ist.

Vergiftungen durch Spießglanz, durch drastische Purgiermittel rc., sind nicht der Sache nach unmöglich, wohl aber pflegen sie dem Namen nach selten hierhergerechnet zu werden. Es ist eine bekannte Sache, wie schmerzhaft jene heftiger wirkenden, harzigen Purgiermittel in den Gaben selbst zu wirken pflegen, wo sie gerade nicht unmittelbar Gefahr bringend sind; daraus kann man denn nun den Schluß machen, was daraus hervorzugehn vermag, wenn durch Zufall oder aus Unwissenheit oder Absicht diese Gabe etwa sehr erhöht worden ist. „Ich sah, erzählt der Kaiserl. Leibarzt Stifft, ein Mädchen, welches in der schlimmsten Absicht auf Anrathen eines weiblichen Teufels zween Coloquintenäpfel

in Wein absott, gut durchpreßte und vor dem Schlafengehen auf einmal austrank. Bald darauf fing das Mittel an, mit Heftigkeit nach unten und aufwärts zu wirken und Schmerzen zu erregen, deren Grad jede kommende Minute sich vermehrte. Erst des andern Tages um 12 Uhr, nachdem der Erfindungsgeist der herbeigelaufenen Weiber erschöpft war, ward ich gerufen. Das Mädchen hatte über hundertmal theils gebrochen, theils abgeführt, durch den Stuhlgang ging meist Blut ab; Verzweiflung und unaussprechliche Angst saß auf ihrem erblaßten und eingefallenen Gesichte; es war dem Tode nahe, und nur die mörderischen Bauchschmerzen schienen ihm noch soviel Kraft zu geben, um über selbe mit bebender leiser Stimme zu klagen. Es ist, sagte dasselbe, als ob man mir unaufhörlich die Baucheingeweide mit einem Messer zerrisse. Auch nicht das sanfteste Berühren des Bauches konnte es ohne Vermehrung der Schmerzen vertragen. Durch die ununterbrochene Anwendung der einwickelndsten Dinge von innen und außen (es war durch mehrere Stunden unmöglich, ein Klystier beizubringen, so fest zugeschnürt war der After) und durch zweimal mäßiges Blutabzapfen, welches, nachdem die Ausleerungen schon nachgelassen und die Kranke sich etwas erholt hatte, die fortdauernde heftige Entzündung forderte, ward selbe beim Leben erhalten." — Man sieht

hieraus, fährt dieser Arzt fort, daß der freie Verkauf drastischer Mittel eben so strenge verboten seyn sollte, als der eigentlichen Gifte. Indessen mit diesen zuweilen aus Unvorsichtigkeit oder Bosheit Unglücksfälle gestiftet werden, wird mit erstern alle Tage gemordet."

Die Mittel gegen eine solche Vergiftung sind in der mitgetheilten Erfahrung schon mitgetheilt; ich erwähne nur eins, das bei den harzigen Purgiermitteln, z. B. dem Jalappenharz, dem Scammonitum, wenn denn ja Unvorsichtigkeit oder sonst etwas ihren Gebrauch möglich gemacht hatten, nicht selten oft in wenigen Augenblicken die Gefahr entfernt, welche daraus entstanden ist, insofern sie die in einer Falte des Magens haftenden Partikel auflöst und so zunächst mit entfernter Ursache auch den Reiz wegnimmt, der sich darinn gebildet hatte.

Einige Pflanzen wirken ebenfalls vermittelst eines scharfen Bestandtheils, der, wenn er auch mit jenen metallischen, oder harzigen Bestandtheilen nicht gerade die in die Sinne fallenden Eigenheiten besitzt, denn doch sich ziemlich durch dieselben Zufälle ihnen ähnlich stellt, welche er erregen läßt. Hierhin gehört der Fingerhut, die Küchenschelle, der Kellerhals, Sevenbaum und dergl. Sollte durch wer weis, was für einen Um-

stand eine solche Pflanze oder eins ihrer Präparate genommen worden seyn: so wäre denn das Verfahren anzuwenden, das gegen ätzende, fressende Gifte empfohlen ist.

Herr D. Hahnemann hat gegen die meisten Gifte die vorzüglichsten Gegengifte ausfindig zu machen gesucht, die sich theils in der Erfahrung bewähren lassen, theils aus Grundsätzen der Chemie ergeben. Er hat, und das mit Recht, zugleich bei seinen Untersuchungen über diesen Gegenstand auf die sogenannten heroischen Arzneien, oder diejenigen Rücksicht genommen, die, wie jene harzigen, drastischen Purgiermittel bei nicht allzugroßer Portion, doch nur etwa dem Namen, nicht der Sache nach vom Gifte unterschieden sind. So schlägt er denn nun gegen Opium den Campher und gegen Campher, wenn er, in zu großer Menge, als Gift wirkte, das Opium vor. Den Caffee empfiehlt er gegen das drastische Purgiermittel, die weiße Nieswurz vor; gegen den giftigen Stechapfel den Weinessig; gegen Gummi Gutti, Weinsteinsalz oder Pottasche; gegen die Avinca Essig u. s. f.

XVII.

Andere plötzliche Lebensgefahren.

Mit der vorgetragenen Materie hängt denn nun diese nicht weniger zusammen, welche für jeden Menschen Interesse haben muß, inwiefern jeder durch die hier zu erörternden Zufälle das Leben einzubüßen Gefahr läuft, der an sich der gesundeste war, der nichts that, seine Gesundheit zu untergraben. Der Mensch ist von einer Menge von Außendingen umgeben, welche bisweilen auf so eine gewaltsame Art einwirken können, daß er nur mit Mühe erhalten werden kann; versteht sein Nebenmensch es nicht, wie er dieß anzustellen, diese Erhaltung zu bewirken hat, so ist er in den meisten Fällen unwiederbringlich verlohren. Schützen kann man sich gewöhnlich gegen solche Gefahren nicht sehr. Wenn es auch gewiß ist, daß derjenige, welcher immer Besonnenheit, Vorsicht, Gliederstärke, Gewandtheit und Uebung seiner Sinnen besitzt, mancher Gefahr entgeht, der ein anderer von entgegengesetzter Beschaffenheit unterliegen muß, so ist es doch auch hinwiederum nicht zu leugnen, daß bei einer andern beide ihr Leben einbüßen können, wenn nicht der schwache Lebensfunke noch erhalten wird.

Die Kenntniß, das leztere zu bewirken, sollte nun jeder Mensch eigentlich besitzen, da ihn nicht allein die Menschenliebe auffordert, jedem seiner Mitbrüder hier zu Hülfe zu kommen, der von solcher Gefahr ergriffen wurde, sondern auch kein Glied seiner Familie davon ausgenommen zu seyn glauben kann, und er also auch hier Gelegenheit hat, seine Kenntniß belohnt zu sehen; jeder sollte diesen Theil der Arzneikunst um so mehr inne haben, da er, im Ganzen genommen, auf ungemein wenige, einfache Grundsäze zurückgeführt werden kann, welche jeder zu fassen und zu befolgen im Stande ist.

Das Leben des Menschen läuft auf dreierlei Art Gefahr vernichtet zu werden. Entweder werden ein oder mehrere wichtige Organe zerstört und unbrauchbar zu ihren Verrichtungen. Da im Körper alles in harmonischer Ordnung ist, so wird diese Störung des einzelnen leicht sich auf den ganzen Körper auch verbreiten und das in um so höherm Grade, je wichtiger das Werkzeug ist, je inniger sein Zusammenhang mit dem andern, je bedeutender seine Verlezung, je weniger Verrichtung getroffen ist, die Folgen dieser aufzuheben. Die andere Art, in Lebensgefahr zu gerathen, ist so, daß die Kraft desselben durch die zu stark darauf einwirkenden Reize vernichtet

wird, oder daß auf einmal ein bedeutender Lebensreiz, oder mehrere ganz wegfallen, die unentbehrlich sind. Der eine und der andere Fall kann auch wohl allenfalls mit einem andern verbunden seyn. Verwundungen würden den ersten, Blitz den zweiten, Erstickung im Kohlendunst den dritten Fall ausmachen, inwiefern hier der zum Athemholen unentbehrliche Sauerstoff fehlte. Der erste und der dritte Fall wäre bei einer Verletzung, welche mit einem starken Blutverluste begleitet wäre.

Wenn solche Ursachen in einem hohen Grade einwirken, so tritt der Zustand des Scheintodes ein; der Mensch gleicht alsdann durch Mangel an Athem, an Wärme, Empfindung, u. s. f. einem Todten, und unterscheidet sich von diesem allein dadurch vornämlich, daß die Fähigkeit, alle diese Eigenschaften wieder zu erhalten, in ihm selbst noch nicht verlöscht ist. Der Grad, in welchem jener scheinbare Tod da ist, wird natürlich in verschiedenen Fällen nicht derselbe seyn, sondern sich nach Maaßgabe der Einwirkung jener gewaltsamen Ursachen, Schwächlichkeit des, auf den sie einwirkten und dergleichen, sich bestimmt zeigen. So kann er hier sich als vorübergehende Ohnmacht, dort als wiederkehrende Ohnmacht, und wiederum in einem dritten Falle als Tage lang dauernde Leblosigkeit auszeichnen.

Wird der Mensch in diesem Zustande sich selbst überlassen, so wird in den meisten Fällen die glimmende Lebensflamme verlöschen, der Scheintod in den wahren Tod übergehen. Es ist daher Pflicht, bei jedem, der durch solche gewaltsame Ursachen des Lebens beraubt zu seyn scheint, zu versuchen, ob er es auch wirklich verlohren hat, und im Gegentheil, es wieder in seine vorigen Verhältnisse zu setzen. Dieses zu bewirken, wird zwar, wie man leicht einsieht, im Ganzen auch auf eben so verschiedene Arten bewirkt werden können, als es deren giebt, die zu der Vernichtung beigetragen hätten, allein auch hier gilt das, was von den Giften bemerkt werden mußte: Nicht immer erkennt man die gewaltsame Ursache, nicht immer sind die für dieselbe passenden Mittel gleich da; Zeit ist hier edel, das erste im Allgemeinen passende Mittel ist daher besser, wenn es gleich da ist, als das auf den besondern Fall noch so gut berechnete, wenn es aber erst spät kann herbeigeschafft werden.

Im Allgemeinen kann man hoffen, das gewaltsam unterdrückte Leben durch folgende Dinge wieder zurück zu rufen, die alle als gelind wirkende Reize anzusehen sind.

a.

Gelindes, dann stärkeres Reiben des Körpers.

Entweder geschieht es mit rauhen Sachen, und hier ist es gleich, ob es mit wollenen Tüchern, Fries, Fellen, Flachs, Heu, Stroh, Werg, geschieht, oder man wendet noch geistige, aromatische Dinge zugleich mit an, so daß man z. B. Branntewein, starken Wein, Kamphergeist, Salmiakspiritus, Lavendelwasser, kurz irgend so etwas Reizendes auf das Material sprengt, womit man reibt. Anfangs wird gelinde, dann immer stärker und stärker, vom Anfange des Gliedes bis da, wo es am Rumpfe sich endigt, gerieben, wenn es an Armen, Beinen, Schenkeln, geschieht: die nebst dem Unterleibe, den Fußsohlen und dem Rückgrade hier am meisten berücksichtigt werden müssen. Die Fußsohlen bürstet man am liebsten, in wiefern es dazu dienet, durch den verursachten Kitzel wirksam zu seyn.

b.

Aschen-Mist-Salz-Sandbette.

Wärme, jener allbelebende Reiz, ist für den Zustand dieser Art zu unentbehrlich, um nicht davon auf alle mögliche Art Gebrauch zu machen. So benutzt man denn den Pferdemist, oder die übrigen genannten warmgemachten Materialien dazu, den nackenden Körper eine Hand hoch

damit

damit überall, das Gesicht ausgenommen zu bedecken. Statt eines solchen Lagers dient eben so gut das Einwickeln in warmgemachte Tücher.

In der Zeit, daß dieses gebraucht wird, kann man ohne Zweifel Wanne und warmes Wasser herbeigeschafft haben, um den Körper in ein

c.

lauwarmes Bad

zu bringen, das einmal als Wärmereiz und dann auch noch sehr nützen kann, wenn man etwa Branntewein zu einem Nösel zugießt. In dem immer in gleicher Wärme zu erhaltenden Bade kann der Körper eine Stunde und drüber bleiben, von Zeit zu Zeit kann man ihn darinne abreiben, auch wohl eine

d.

Aderlaß

machen, die vorzüglich dann nothwendig ist, wenn aufgelaufenes Gesicht, Erkenntniß der Ursache vom Scheintode, oder ein anderer Umstand auf Anhäufung des Blutes im Gehirne oder Lungen u. s. f. schließen lassen.

e.

Frische Luft

ist ein anderes unentbehrliches Mittel; in ihr muß der Körper in jedem Falle sich befinden und durch Einblasen derselben in den Mund, führe man diesen unentbehrlichen Reiz auch den Lungen selbst

zu, indem man die Nase des Scheintodten zuhält, und nach einer kleinen mit dem Einblasen gemachten Pause gelinde in der Herzgrube, der Magengegend drückt. Das Einblasen geschieht freilich am besten mittelbst eines dazu erfundenen Blasebalgs, allein wo nicht gerade eine besondere Verrichtung für Scheintodte getroffen ist, möchte dieser nicht sogleich herbeigeschafft werden können: in diesem Falle ist es schon hinlänglich, wenn ein gesunder Mann seinen Athem mittelst einer Röhre in den Mund bläst.

Unter allen Theilen des Körpers behält der Speisekanal das Leben am längsten; von ihm aus kann es immer auch in den übrigen Theilen am leichtesten wieder erweckt werden. Deßhalb benutze man

f.

Tabakrauch- oder andere reizende Klystiere.

Die erstern werden entweder mittelst einer eignen Maschine oder so gegeben, daß eine gewöhnliche hölzerne oder hörnerne Pfeifenröhre, mit Oehl bestrichen, in den Mastdarm gebracht und der in der am andern Ende befindlichen Tabakspfeife befindliche Tabak wohl angebrannt, dessen Rauch nun mittelst eines über die Mündung der Pfeife gelegten leinenen Läppchens in untermengten Pausen in den Mastdarm getrieben wird. Hat man keine Geschicklichkeit dazu, so gebe man ein

Klystier aus Tabaksabsud, (ein Loth Tabak auf ein Nößel Wasser) ein Klystier von Salz und Wasser, oder von Wasser und Weinessig.

g.

Erbrechen.

Mittelst eines Brechmittels kann man dazu den Magen freilich nicht reizen, weil es nicht hintergeschluckt würde, aber wohl durch Kitzeln des Schlundes mittelst einer Feder, des Fingers, eines Pinsels.

h.

Niesen.

Man unterlasse auch nicht, zu versuchen, dieses zu erregen. Scharfer Schnupftabak, Pfeffer, flüchtiges Hirschhornsalz, Salmiakgeist, in oder an die Nase gebracht, Kitzeln mit einer Feder, ist brauchbar. Sehr zu rühmen ist auch

i.

Das Tropfbad, das Besprengen mit kaltem Wasser.

Das Erstere kann leicht dadurch bewirket werden, daß man einzelne Wassertropfen von einer Leiter herab mittelst eines Theekessels, einer Theekanne auf die Herzgrube herabfallen läßt.

Elektrizität und Galvanismus erfordern zu viele künstliche Vorrichtungen, als daß man sie als allgemein brauchbar anrathen könnte. Sind die Apparate da, so verdienen sie nicht

übergangen zu werden. Allein außerdem darf man sich auch nicht zu viel von ihnen versprechen. Will gar nichts das Leben zurückrufen, so versuche man das Abbrennen der Moxa, das Auftröpfeln des siedenden Wassers, des Siegellackes ꝛc. Man darf sich da kein Bedenken deßwegen machen, daß dergleichen Mittel grausam sind. Struve bemerkt sehr richtig.

„Diese Mittel sind nur für Gesunde grausam, hingegen für Scheintodte wohlthätig, weil dadurch ihr Leben gerettet wird. Bei dem hohen Grade von Unempfindlichkeit leiden sie eben so wenig von dieser anscheinend grausamen Behandlung, als wenn man sich in einen Finger geschnitten hat. Der Schmerz ist vorüber, wenn sie die Augen aufschlagen. Und was sind selbst diese Schmerzen gegen die Rettung des Lebens? Aus Liebe zum Leben unterwirft man sich mit völligem Bewußtseyn den schrecklichsten Operationen und dankt dann dem Retter die ganze übrige Hälfte seiner Tage.“

„Dieß ist der rechte Gesichtspunkt, aus dem man die Anwendung solcher heftigen Mittel betrachten muß. Ich hielt diese Bemerkung für nöthig, weil gar oft der Arzt durch die Vorurtheile und unzeitige Zärtlichkeit der Umstehenden gehindert wird, das Leben eines Menschen zu retten.“

XVIII.

Fortsetzung.

Was die Hülfsmittel in einzelnen Fällen anbelangt, so wollen wir sie hier kürzlich durchgehen.

Ertrunkene

werden sanft, mit Vermeidung jeder starken Bewegung, mit aufgerichtetem Kopfe in eine mäßige Wärme gebracht, uud mit aufgerichtetem Kopfe auf die rechte Seite gelegt, worauf die allgemeinen Hülfsmittel angewendet werden, womit man noch das Reinigen des Mundes und der Nase verbindet, die bei solchen Verunglückten meistentheils mit Schleim, Schlamm, Sand und dergleichen verstopft sind. Es geschieht dieses Reinigen mit dem Finger mit einem in Oehl getauchten Federbart. Eine Aderlasse bei Ertrunkenen ist nur dann nöthig, wenn dicke aufgelaufene blaue Lippen, Halsadern u.s.f. die Anhäufung und Stockung des Blutes zeigen.

Erfrorne

sind am leichtesten, oft nach mehrern Tagen herzustellen. Sie werden zuerst in ein kaltes Zimmer gebracht, oder in der Hausflur selbst ein Paar Hände hoch, das Gesicht ausgenommen, mit Schnee bedeckt. In Ermangelung dient ein Bad von eiskaltem Wasser.

Thaut der Körper auf, legt sich, wie es meistentheils geschieht, eine Eisrinde um ihn an, so

nimmt man ihn, wenn diese zergeht, aus dem Wasser und reibt ihn mit etwas weniger kaltem Wasser, wozu eine kleine Portion Wein oder Branntewein oder Weinessig gemischt war.

Kehrt so einige Beweglichkeit und Wärme der Glieder zurück, so wird der Kranke mit etwas gewärmten Tüchern abgerieben, in ein leicht erwärmtes Bett, aber doch noch kaltes Zimmer gebracht. Will indessen das Leben selbst nicht wieder zurückkehren: so setzt man das Reiben fort, wendet reizende Klystiere an, (f) und das Tropfbad.

Erfrieren und Ertrinken ist oft mit einander vereint, in diesem Falle wird ein Ertrunkener erst als Erfrorner behandelt.

Erhängte, Erwürgte

müssen zunächst von den Kleidungsstücken befreit werden, welche den Kreislauf des Blutes beschweren können, indem man sie zugleich in eine kühle, frische Luft bringt, das Gesicht mit kaltem Wasser besprengt. Am Halse die Ader zu schlagen ist unter Anwendung der allgemeinen Hülfsmittel zuerst anzuwenden, wobei dann 8 — 12 Unzen Blut fließen müssen. Ist der Unterleib platt, so reibe man die Brust öfters sanft nach dem Bauche zu; ist er hingegen aufgetrieben, so reibe man aufwärts.

Erstickte durch schädliche Dünste

gleichviel ob von denen, die sich aus Torfsteinkohlen, brennendem Holze, oder von solchen, die sich aus gährenden Substanzen, Wein, Branntewein oder starkriechenden, brennbaren Dingen, Terpentin z. B. Vitriolspiritus u. s. f. entwickeln, müssen zunächst in frische, kühle Luft gebracht werden, wobei man mit Vorsicht aber, und erst dann ihnen zu Hülfe eilen muß, wenn der Dunstkreis, in welchem sie verunglückten, in so weit gereinigt worden ist, daß man nicht gleiche Gefahr zu besorgen hat. Besprengen und Begießen mit kaltem Wasser ist hier ein Hauptmittel, das also statt des lauwarmen anzuwenden ist, welches im Allgemeinen so ersprießlich zu seyn pflegt. Nur wenn dieses Mittel und die übrigen allgemeinen Stunden lang vergeblich angewendet waren, so bringe man den Körper ins Aschenbette. (a)

Waren saure Dämpfe, z. B. die des Vitriolöhls, des Salpetergeistes und dergleichen die Ursache: so gebe man sich Mühe, laugenhafte Flüssigkeiten durch den Mund oder After beizubringen, z. B. Salmiakgeist zu 12 Tropfen in einem Eßlöffel warmen Wasser; Klystiere von warmen Wasser mit etwas Weinsteinsalz.

Was dieß Mittel anbetrifft, die Luft zu reinigen, wo ein solcher Mensch verunglückte, so ist eiskaltes Wasser, eimerweise hineinge-

gossen, in sofern das vorzüglichste, als es das am leichtesten zu verschaffende ist. Abbrennen des Schießpulvers, ein Strohfeuer an einer Oeffnung von einer solchen Höhle zu machen, Kalk mit Wasser zu löschen und verdünnt hinunter zu gießen, alles das ist zwar ebenfalls vortheilhaft, nur nicht so geschwind herbei zu schaffen. Dieß gilt auch von dem übrigens sehr einfachen Mittel des Herrn Robinson in Philadelphia, der die schädlichen Dünste in Ziehbrunnen, Todtengrüften, unterirrdischen Gewölbern überhaupt vermittelst ein paar gewöhnlicher Schmiedeblasebälge, in einem hölzernen Gestelle hängend, so verbessert, daß er an das Gebläse, welches in der Nähe der Gruft sich befinden muß, einen ledernen, in dieselbe selbst bis nahe an den Boden hinabgehenden Schlauch befestigt und so binnen einer halben Stunde seinen Zweck erreicht.

Fragt man übrigens, woher es komme, daß in solchen Gewölben die Erstickungsgefahr wegen angehäufter unathembarer Luft so groß ist: so dient darauf zur Antwort: Einmal ist die Verbindung mit atmosphärischer darinn zu geringe meistentheils, als daß beständig die gehörige Umwechselung und Erneuerung statt finden könnte. Dann giebt es nicht selten in der Nähe eine Menge Körper, die viel Kohlensäure entwickeln, dann ist auch diese Luftart un-

gleich spezifisch schwerer, als die atmosphärische, mithin kann sie sich um so leichter in den Höhlen ansammeln, die tiefer und mit Luftzügen nicht versehen sind.

Wer denn selbst sich in so eine Gruft hinabläßt, seinem Nächsten beizuspringen, muß einen Strick um den Leib und einen kleinen in der Hand haben, um sogleich ein Zeichen geben zu können, wenn ihm selbst etwas zustößt; um den Mund binde er ein mit kaltem Wasser und Salmiakgeist besprengtes Tuch; eben so befeuchte er seine Kleidung mit kaltem Wasser und besprenge sie mit Salmiakspiritus.

Vom Blitz Getroffene

bringe man an die frische Luft, begieße sie mit kaltem Wasser, wenn sie entkleidet sind, kurz, wende die Behandlung an, welche bei den Verunglückten der vorigen Art empfohlen wurde, oder bringe sie in eine Grube in schräger Stellung, so, daß der Körper, das Gesicht ausgenommen, mit frischer Erde eine Hand hoch locker bedeckt wird, (ein Erdbad) worinne er einige Stunden verweilt. Man rühmt dieses Mittel außerordentlich.

Leblose nach einem Sturz oder Fall

werden mit kaltem Wasser besprengt, Umschläge von diesem und Weinessig vorzüglich auf den Kopf gemacht und übrigens die allgemeinen Rettungsmittel angewendet.

Eine der hauptsächlichsten Lebensgefahren ist die, welche durch Erstickung von verschluckten Sachen veranlaßt wird.

Es kann diese auf zweierlei Art Statt finden. Einmal sind die verschluckten Dinge in die Luftröhre gerathen, oder sie befinden sich in der Speiseröhre. Zuerst ein Paar Worte von dem erstern Falle.

Entweder sind es reizende, heftigen Husten verursachende Dinge. Hier helfen gewöhnlich Dämpfe von warmen Wasser, Milch, häufiges Trinken derselben sehr schnell. Dasselbe Verfahren reicht auch noch hin, wenn feste Substanzen, Brodkrumen, Fleisch, z. B. selbst von kleinem Umfang verschlucket worden sind. Allein gefährlich ist es dann, wenn die verschluckten Körper sich als spitzig zeigen. Der Wundarzt muß hier sogleich geholt werden. Um indessen die Gefahr nicht zu vermehren, so suche man sich so ruhig zu halten als es möglich ist, man vermeide so sehr den Husten, als man kann, um nicht den Körper noch tiefer in die Substanz zu treiben. Dabei genieße man ununterbrochen Hafergrütze, Baumöhl, mache einen Umschlag von erweichenden Mitteln um den Hals, das Weitere besorgt dann der Wundarzt.

Was die Erstickungsgefahr im Schlunde, in der Speiseröhre, anbelangt, so wird sie entwe-

der durch die Größe und Dicke des verschluckten Körpers oder durch seine Spitzen verursacht. Und immer finden hier zwei Fälle Statt. Er kann entweder unbeschadet der Gesundheit in den Magen kommen, oder ist von der entgegengesetzten Art. Spitzige, stecken gebliebene Körper werden immer zu den letztern gehören.

Sind es unschädliche Substanzen, so versuche man sie ohne weiteres mittelst eines um ein Stück Fischbein befestigten Schwammes oder umwundner Leinewand hinunter in den Magen zu stoßen, nachdem man vorher Oehl oder zerlassene Butter zu einer Tasse zu sich genommen hat. Statt des Fischbeins kann man auch ein in der Wärme biegsam gemachtes dünnes Wachslicht oder recht dicken Wachsstock brauchen.

Ist aber nur der Körper, welcher verschluckt wurde, mit seinen Spitzen eingehakt, muß er wegen seiner Beschaffenheit nothwendig aus dem Schlunde selbst herausgeholt werden, so ist der Fall ungleich bedenklicher. Am Eingange des Schlundes kann er oft mittelst einer kleinen Zange oder des Fingers selbst herausgeholt werden. Ist dieser aber weiter unten: so muß sogleich nach dem Wundarzte geschickt werden, der hier allein die nöthigen Handgriffe verrichten kann, weil sie, wenn sie

mit zitternder, ängstlicher, unkundiger Hand angewendet werden, den fremden Körper nur tiefer hinab oder fester in den Schlund hineintreiben. Bis zu seiner Ankunft sey man, so sehr man kann, ruhig, trinke viel schleimiges und öhliches Getränk und mache, um das Verschwellen, die Entzündung zu verhüten, einen warmen, oft zu erneuernden erweichenden Umschlag äußerlich.

Verbrennungen,

in sofern sie hieher gehören, Betäubung, Lebensgefahr verursachen, werden nur selten Statt finden. Hat jemanden das entsetzliche Unglück getroffen, sich am ganzen Leibe zu verbrennen, bei Feuersbrünsten z. B. oder indem er in einen Kessel mit siedenden Flüßigkeiten fiel, und ist er davon betäubt, so wird er zuerst als Erstickter behandelt. Alsdann kommt es darauf an, wenn er wieder zum Lebensgefühl gekommen ist, die entsetzlichen Schmerzen zu mindern, welche sich sodann in den verbrennten Theilen zeigen. Kalte Umschläge von Wasser und Mich, oder ein Bad von diesen Flüssigkeiten, bekommen hier am besten und unabläßig muß da mit fortgefahren werden. Beim Verbrennen, Verbrühen einzelner Theile sorge man dafür, daß der Schade mit Dinte oder mit Weinessig, oder mit einem milden Oehl, ausgelassener Butter bestrichen werde. Ist

ein Brunnen in der Nähe, so erleichtert es außerordentlich, immerfort aus der Röhre das kalte Wasser auf den Theil strömen zu lassen. Geriebene rohe Kartoffeln aufgeschlagen und so oft erneuert, als sie warm werden, ist ebenfalls ein treffliches Hausmittel. Die fernern Verordnungen wird alsdann schon der Wundarzt machen, wenn er indessen angekommen ist.

Wie man Kinder behandeln müsse, die todtscheinend zur Welt kommen, übergehe ich hier, da dieses Sache der Hebamme oder des Geburthshelfers seyn muß. Ueber die Behandlung der im Schlafe von der Mutter erdrückten Kinder nur ein Paar Worte.

Daß dieses Unglück nicht öfterer vorkommt, rührt allein von dem ängstlichen, bei jeder Bewegung des Säuglings sogleich unterbrochenen Schlafe der sorgsamen Mutter her; allein besser wäre es freilich, dieses Zusammenschlafen ganz zu unterlassen, vorzüglich wenn die Mutter einen sehr festen Schlaf zu haben pflegt, oder das Kind gar einer Amme anvertraut ist. Ist das Unglück vorgefallen, so läßt sich außer den allgemeinen Rettungsmitteln nichts besonderes anwenden. Vorzüglich muß es sogleich von jeder Bande losgemacht werden, die es umgiebt und dabei so geschwind als möglich, nach dem Rathe mehrerer Aerzte, etwas Blut abgezapft werden. Ist es ganz platt gedrückt, fließt das

Blut aus Nase und Mund, so ist gewöhnlich jede Hülfe vergebens.

Blutungen, wobey der Körper blaß, ohnmächtig wird, mögen das letzte seyn, wovon hier kurz die für den Augenblick der Gefahr nöthige Behandlung mitgetheilt wird. Es versteht sich, daß hier nur von der sichtbaren äußeren geredet wird. Sie mögen nun aus innern oder äußern Ursachen, Verwundungen, entstanden seyn: so sind die allgemeinen Hülfsmittel nur darauf zu berechnen, dem Strome Einhalt zu thun. Dazu trägt nun bei, eine wagerechte Lage, Ruhe des Körpers, wie des Geistes. Auf die blutenden Gefäße streue man Alaun, oder eine Mischung von zerstoßenem Tischlerleim, Ofenruß und Eyweiß, oder lege geschabte, zerzupfte, mit starkem Weinessig, Branntewein durchnäßte Leinwand auf, und vor allem lege man, wenn es die Bildung des Theiles erlaubt, über der blutenden Stelle ein Tourniquet an, das den Hauptstamm der Gefäße zusammendrückt, und sehr einfach aus einem Strange Garn, Zwirn, einem nicht reissenden fingersdicken Strick- oder Strumpfbande, Schnupftuche gemacht wird, den man mit einem fingersdicken Stocke solange umdreht, bis das Gefäß zusammengedrückt, und also nichts mehr durchfließen läßt, aus dessen Aesten das Blut hervorquillt. Ist die Blutung

aus einer Höhle, z. B. aus der Nase, aus der Gebärmutter, u. s. f. so ist das Ausstopfen derselben mit Schwamm oder mit Flachs, Werg, Leinwandsfasern, welche mit Weinessig befeuchtet sind, das beste und sicherste. Uebrigens muß der Einfluß jeder Wärme des Zimmers, der Betten streng vermieden werden, und dem Gebrauch dieser Mittel muß alsdenn der von demjenigen nachfolgen, was der indessen herbeigerufene Wundarzt verordnen wird.

XIX.

Fortsetzung.

Auf den rechten Gebrauch einer Sache kommt meistentheils eben soviel an, als auf den Gebrauch selbst. Hierüber zum Schluß also auch noch einige Worte.

Eilen thut nicht gut. Dieses Sprichwort gilt vielleicht nirgends so sehr als hier. So falsch es ist, langsam und faul zu Werke zu gehen, wo es die Rettung eines Menschenlebens gilt, eben so sehr, ja noch mehr schadet es, hier über Hals und über Kopf zu eilen, und dadurch den Kopf selbst zu verlieren. Vorzüglich sehe man darauf, daß nicht zuviel Menschen hier thätig seyn wollen, die einander nur stören, nur hindern würden, von denen der eine das, der andere jenes will. Gut ist es, wenn ihrer nicht weniger als fünf, nicht mehr als sechs bis sieben sind, und alle sechs oder

sieben sich den Anordnungen eines einzigen unter ihnen fügen, der dazu Besonnenheit und Kenntniß genug besitzt.

Es ereignet sich sehr oft, daß die Bemühungen, das Leben zurückzurufen, selbst nach einigen Stunden noch vergebens geblieben sind. Hier muß man nun die Geduld nicht verlieren, denn oft wird doch noch nach vier, fünf Stunden das Leben wieder erweckt, das verloschen vollends wäre, wenn es in den ersten zwei Stunden sich überlassen worden wäre. Aeußern sich freilich nach Verlaufe von dieser Zeit keine Zeichen des wiederkehrenden Lebens, dann wird man freilich wohl aufhören müssen.

Wiederkehrende Wärme, Beweglichkeit, plötzlich entstehende Röthe der Wangen, Aufschlagen der Augenlieder, dieß sind die Anzeigen des erweckten Lebens, an die weniger bemerkbaren nicht zu gedenken. Hier versteht sichs von selbst, daß mit der Anwendung der Rettungsmittel fortgefahren wird; vorzüglich wende man das Mittel fortgesetzt an, unter dessen Einwirkung das erwachende Leben sich selbst wieder zeigte. Es ist aber hier vornämlich darauf zu sehen, daß man sich in Acht nehme, ja nicht etwa um desto stärkere und heftigere Arzneymittel anzuwenden, je weniger der entflammte Lebensfunken dergleichen ertragen könnte, je leichter er dadurch nur wieder erstickt

wer-

werden würde. Vorzüglich sorge man dafür, daß die Freude der Umstehenden, der Helfenden und anderer nicht etwa zu excentrisch werde. Nicht etwa Veranlassung zu Unterbrechung, Unordnung in der Anwendung der nöthigen Hülfsmittel werde.

In einigen Städten ist das Rettungsgeschäft vorzüglich gelungen. Hamburg, London sind deßwegen vorzüglich bekannt. In dem leztern sind binnen zwanzig Jahren über 2000 Menschen wieder zum Leben gebracht worden. Die Ursachen davon sind: eines Theils Uebung, Enthusiasmus, Kenntniß dessen, was zu thun ist bey denjenigen, die sich hier ausschließungsweise das schöne Privilegium anmaßen, Menschenleben zu retten. Wer kennt nicht die human Society, die Gesellschaft der Humanität in London? Andern Theils sind die nöthigen Verrichtungen zur Wiederbelebung selbst getroffen und schnell überall bei der Hand. Wenn mancher unsrer Mitbürger sich deßwegen gegen alle die schönen Träume gleichgültig bezeugte, die so in der Wirklichkeit realisirt werden können, er sie aber so selten realisirt sah, so ist hierin ein vorzüglicher Grund zu suchen.

Bei uns wird in den meisten Fällen wegen zu später Anwendung der Hülfsmittel auf der einen Seite und zu wenig verbreiteter Kenntniß der das Leben wieder erweckender Mittel

auf der andern Seite die Hoffnung meistentheils vereitelt. Wenn denn nun das der Fall ist, so sorge man nur dafür: den Körper, der so dem Anschein nach todt ist, und es auch wirklich ist, doch ja davor zu bewahren, ihn gleich als todten zu behandeln. Man darf an das letztere nicht eher denken, als bis er untrügliche Spuren der Fäulniß von sich giebt. Bis dahin muß er in einem mäßig warmen Zimmer mit erhabenem Kopfe in einer reinen Luft ruhig liegen bleiben. In Familien und vorzüglich in großen Städten, ist das zum Theil unmöglich. Gut wäre es in dieser Hinsicht, wenn man Leichenhäuser hätte und sie brauchte. Mit dem Haben ist es an einzelnen Orten in Richtigkeit, nur nicht mit dem Brauchen, und dazu sollte nun obrigkeitlicher Befehl wirken. Nur so kann vielleicht das Wiedererwachen im Grabe verhindert werden.

Uebrigens gilt vom Scheintode, der nicht nach gewaltsamer Unterbrechung des Lebens eingetreten, sondern eine Folge von Krankheit dieser oder jener Art ist, im Allgemeinen doch dasselbe, was von jenem galt. Vorzüglich muß er befürchtet werden, wenn sich der Tod plötzlich ereignete oder jene Nervenkrankheiten im Spiele waren, die unter dem Namen Krämpfe, Starrsucht, Schwindel ꝛc. das menschliche Geschlecht jetzt mehr als je plagen.

Dritter Abschnitt.

Behandlung des Kranken.

Dritter Abschnitt.

Behandlung der Kranken.

I.

Vorboten des Todes.

Lebe der Mensch indessen auch noch so vorsichtig, hüte er sich so sehr, als er kann, verschont zu bleiben von den Störungen, die seine Organisation erfahren, immer wird ihn doch, seltner oder öfterer, schnell vorübereilend oder länger anhaltend, Krankheit ergreifen, denn zu zerbrechlich ist seine Maschine und mußte es seyn, wenn sie zu den tausendfältigen verschiedenen Zwecken passend, fähig der verschiedenen Anlagen seyn sollte, die sich in ihr entwickeln können. Je feiner seine Maschine ist, je zahlreicher die Einflüsse sind, die auf sie und in ihr wirkend sind, desto leichter können auch Stokkungen hunderterlei Art in ihr entstehen, desto

leichter kann ein Mißverhältniß entstehen, und daß davon das Produkt eine Krankheit ist, versteht sich nach alledem von selbst, was wir in den ersten beiden Abschnitten gelesen haben.

Diese Störungen des Körpers aufzuheben, das Gleichgewicht wieder herzustellen, das zwischen den Körperkräften und denen Statt finden muß, die diese wieder in Wirksamkeit setzen, ist zwar zunächst Sache des Arztes. Nur ein solcher ist durch Studium, Beobachtung, Erfahrung und Kenntniß der Hülfsmittel, wodurch dieses geschehen kann, zunächst dafür geeignet. Indessen wenn ihm hierzu die sogenannten Arzneymittel allein zunächst zu Gebote stehen: so giebt es doch auch eine Menge Einflüsse, die aus dem den Menschen umgebenden Verhältnisse, Körperbeschaffenheit u. s. f. entspringen, für den Gesunden und Kranken gleich sehr wichtig sind, z. B. Luft, Nahrungsmittel u. dergl. für den letztern aber hier in so fern sehr wichtig sind, als eine auf den Charakter der den Körper überfallenden Krankheit berechnete Veränderung von demselben auch die Krankheit selbst entweder an sich schon verbannen oder mit Hülfe jener ärztlichen Verordnungen entfernen kann. Es heißt dieß die diätetische Heilart aus leicht begreiflichen Gründen und ihre Kenntniß kann jedem Nichtarzte um so mehr empfohlen wer-

den, je mehr sie in jedem Falle brauchbar ist, oft, wenn der Arzt nicht herbeigeholt werden kann, diesen zu ersetzen vermag, und vom Arzte selbst nicht immer so genau angegeben wird, oder angegeben werden kann, weil er sich bei Verordnungen dieser Art sehr auf den Grad der Bildung verlassen muß, den er bei einer Hausmutter, bei seinem Kranken selbst, u. s. f. voraussetzt.

Wie Krankheiten entstehen, wissen wir. Immer liegt dabei ein Mißverhältniß zwischen dem zu Grunde, was die Lebenskraft in Thätigkeit setzt, oder es wurde zunächst ohne ein solches Mißverhältniß ein Organ des Körpers mehr oder weniger zerstört, und von da aus waren denn die Störungen in den Verrichtungen des übrigen Körpers entstanden. In allen diesen Fällen wird, wenn solche Mißverhältnisse nicht zu stark waren, die so gebildete Krankheit nicht auf einmal des Körpers Kraft lähmen, nur in diesen oder jenen Aeußerungen wird der Mensch es wahrnehmen, daß es nicht so mit ihm stehe, wie er es wohl zu wünschen hätte, er fühlt, daß seine Gesundheit wankt, daß er zwar noch nicht krank ist, aber doch gar sehr es zu fürchten hat. Kopfweh oder oft vielmehr Düsternheit des Kopfes, sogenannte Eingenommenheit desselben, Müdigkeit, Schwere in mehrern Gliedern, in den Füßen vornehmlich, die

bei Treppensteigen und anhaltendem Gehen kaum den Körper tragen können, Mangel an Appetit, Frösteln, mit dazwischen eintretender Hitze, das sind so im Allgemeinen diese Vorboten des drohenden Uebels, zu denen sich bald diese bald jene noch gesellen, wenn etwa gerade dieser oder jener Theil noch besonders leidet, oder einer dieser Zufälle noch einen und den andern selbst zur Folge hat. So z. B. ist denn, wenn der Magen angegriffen ist, die mit weißem oder gelben Schleim belegte Zunge da; droht ein Catarrhalfieber, so sind die Kopfschmerzen vornehmlich heftig, bei bevorstehenden Lungenentzündungen wird das Athemholen vielleicht schon jetzt beschwerlich seyn. Jene hitzigen Krankheiten, d. h. solche, die aus zu sehr vermehrter Thätigkeit entsprangen, zeichnen sich nicht selten durch das Gegentheil von allen den vorigen so eben angegebenen Erscheinungen aus. Der Kranke ist äußerst gespannt, launig, fühlt eine Kraft in sich, die ihm sonst fremd ist. Man wird die Ursache davon leicht auffinden können, wenn man sich den Gang der Entstehung einer solchen Krankheit denkt.

Die Vorboten von Krankheiten sind also nun gleich wichtiger anzusehen, als es wohl der Fall bei den meisten Menschen zu seyn pflegt. Sie sind doch, wie man leicht begreifen kann, von der Krankheit selbst nur dem Grade,

nicht der Sache nach unterschieden. Sie sind eben so gut die Wirkung von der Ursache, welche die Krankheit hervorzubringen vermag, als es diese selbst ist. So ist denn daraus leicht der Schluß zu ziehen, daß manche Krankheit selbst verhütet werden kann, wenn man weise genung ist, diesen Winken Gehör zu geben; sich zu prüfen, was denn wohl Veranlassung gegeben haben mag, sie zu erzeugen, sich zu fragen, was kannst du thun, um der drohenden Gefahr zu entgehn, oder, wenn dieses schon zu spät ist, doch wenigstens diese so zu vermindern, als es nur immer geschehen kann. In der erstern Absicht werfe man einen aufmerksamen Blick auf seine vorige Lebensweise bis zu dem Augenblicke selbst, wo unsere Aufmerksamkeit so gereizt wurde.

Könnte ich lauter Leser voraussetzen, die aus dem Vorhergehenden das Hierhergehörige einschalten könnten, so hätte ich nicht nöthig, noch ein Wort über den letztern Punkt zu sagen. Indessen da dieses nicht der Fall ist, so will ich die Hauptmomente angeben, auf welche es bei einer solchen Untersuchung ankommt. So sehe man denn nach, welches Gewerbe man trieb, wie die Nahrung war, die wir genossen, in welcher Luft wir uns aufhalten mußten, welche Beschaffenheit unserm Körper zum Theil war, ob und welche Krankheiten er schon erduldet hatte, ob und welche Leidenschaften auf ihn thä-

tig gewesen waren; in welchem Alter er jetzt steht?

Alle diese Dinge können hier Licht geben, vorzüglich wenn man noch damit eine genaue Uebersicht dessen verbindet, was in den letzten Tagen vorgefallen ist. So wird man sich leicht bestimmen können, was man zu fürchten oder zu hoffen, zu thun oder zu unterlassen hat.

In jedem Falle unterlasse man nur nicht, sich seiner bisher getriebenen Arbeiten zu entschlagen; manche Leute haben die Gewohnheit, unter solchen Umständen sich mit Gewalt anzustrengen, über ihr Vermögen zu arbeiten. So gewiß es ist, daß man bei einer angewandelten Unpäßlichkeit nicht gleich das Bette suchen muß, daß man im Gegentheil besser thut, in einer leichten mehr Vergnügen als Anstrengung schaffenden Arbeit, auf einem Spaziergange bei heiterm Wetter u. s. f. Zerstreuung, Aufheiterung zu suchen: so gewiß ist es doch auch, daß ein solches Verfahren ganz unzweckmäßig ist, und gewöhnlich die nun folgende Krankheit doppelt hartnäckig macht.

Man hüte sich ferner, troz des mangelnden Appetits dem Magen die vorher gewohnte Menge Speisen aufzudringen. Alle Krankheiten lassen sich, wie wir wissen, auf zwei Klassen zurückbringen, wenn man die örtlichen Zufälle ausnimmt. Sie sind entweder aus zu

sehr oder zu wenig angestrengter Lebensthätigkeit entstanden. Ob der eine oder andere dieser beiden Fälle zu befürchten ist, das läßt sich, sollt' ich meinen, leicht ausmitteln. — Ist der erstere Fall nun da, hat man nun also eine entzündliche, hitzige Krankheit zu befürchten, so begnüge man sich an einer nicht fetten Wasser-Suppe, einer kalten Schaale, und befriedige den Durst mit einer Abkochung von Obst mit Cremortartariwasser, Brodtwasser mit etwas Citronensaft. Ist aber der entgegengesetzte Fall da; so thut man wohl, seine Mahlzeit auf ein mit Wasser verdünntes Glas Wein und einen, zwei Zwiebacke, Semmelschnitte einzuschränken; zu seinem Getränke ein dünnes bitteres Bier zu wählen.

Manche wollen der Krankheit durch Arzneien vorbeugen. Ich habe nichts dagegen, wenn sie sogleich den Arzt in dieser Absicht holen lassen; sie selbst aber müssen darinne ungemein vorsichtig seyn. Zu schaden ist hier leichter, als zu helfen. Welche Mittel sind hier am meisten im Rufe? Im Durchschnitte immer solche, die entweder den Körper sehr schwächen, ihm eine Menge Lebensreize entziehen, z. B. Purganzen, Aderlässe, Schröpfen, oder im Gegentheil die Lebensthätigkeit sehr anstrengen, z. B. Wein, Kräuterwein, Branntewein, Gewürze u. s. f. Durch den rechten Gebrauch kann in der That

eine große Menge Krankheiten verhütet werden. Allein wenn nun eine Verwechselung Statt findet, wenn man da eine Laxanz nimmt, wo der Genuß des Weines ein treffliches Vorbauungsmittel gewesen wäre, und diesen trinkt, wo eine mäßige Aderlaß Nutzen geschafft hätte? Oder wenn man nun zehn Unzen Blut wegläßt, wo drei hinreichend gewesen wären, ein Glas Branntwein trinkt, wo er in Tropfengestalt genutzt hätte? Ich hoffe über die Wirkungsart dieser Mittel hinreichenden Nutzen gegeben zu haben; ist man nicht ganz überzeugt, in einem gegebenen Falle seyen sie passend, so unterlasse man lieber das eine und das andere. Vorzüglich warne ich vor dem Gebrauche der Purganzen, der Aderlässe. Die meisten Krankheiten sind in unserm Zeitalter Folge verminderter Lebensthätigkeit und werden durch solche Vorbauungsmittel also noch sicherer herbeigelockt. Manche haben auch die Gewohnheit, sogleich zum Schwitzen einzunehmen. Sind sie durch die mehrmals gemachte Erfahrung überzeugt, daß ihre Krankheit meist Folge unterdrückter Ausdünstung ist; oder ist in der That die Witterung von der Art, daß selbst eine nicht empfindliche Haut dabei leiden konnte, so ist dieses nicht zu tadeln; wenn es mittelst einer Tasse Fliederthee oder einiger zwanzig Tropfen Hirschhornspiritus in einigen Tassen ordinären

Thees geschieht, allein solche Fälle ausgenommen gilt davon das, was von Purganzen, vom Aderlassen gesagt worden ist.

Noch andere haben die Gewohnheit, sich zwar alles solchen Medizinirens zu enthalten; sie lassen aber dagegen recht einheizen, und dadurch hoffen sie alles gut zu machen, indem sie alles verderben oder doch verderben können. Manchen bringt oft das Frösteln, das Schaudern auf diesen Gedanken. Diesem geb' ich zu bedenken, daß keine äußere Wärme dergleichen Zufall zu vertreiben im Stande ist. Gewöhnlich wird man nur die Kopfschmerzen, das Uebelbefinden, das dämische Wesen ärger machen. Es ist daher am besten, wenn eine solche Beschaffenheit da ist, das Bette zu suchen, und sich eine Tasse warmen Thees reichen zu lassen.

II.

Krankendiät.

Oft wird es bei solchem Verfahren glücken, das Uebel in der Wurzel zu ersticken. In diesem entgegengesetzten Falle hat man wenigstens die Hoffnung, leichter die sich bildende Krankheit zu überstehen, als es sonst wohl der Fall gewesen seyn würde. Um das letztere desto gewisser zu erreichen, befolge man denn nun auch fer-

ner ein aufmerksames Verfahren in der Auswahl dessen, was in diätetischer Hinsicht nützen oder schaden kann. Es ist gewiß, daß fast jede Krankheit verschieden durch den Grad, durch das Leiden eines einzelnen Theiles einen Unterschied machen kann, daß das, was auf den einen Fall anwendbar ist, in einem andern weniger passen möchte. Indessen muß man denn doch hierbey bemerken, daß es einige allgemein passende Grundsätze giebt, deren richtige Befolgung schon vieles Gutes bewirken wird, und daß zweitens die letzte Grundursache der Krankheiten nicht so vielfach verschieden ist, um auch diesen zufolge nicht einige Maaßregeln sich entwerfen zu können. Wir wollen zuerst jene in jeder Krankheit passende in Anregung bringen.

So sorge man denn dafür, nicht viel auf einmal zu genießen. Selbst die nützlichsten Speisen, die verdaulichsten, werden, in zu großer Menge genossen, dem Kranken schädlich. Nie denke man daran, etwas in so großer Quantität zu sich zu nehmen, als es in gesunden Tagen der Fall war, wenn es auch noch so leicht verdaulich und wohlschmeckend wäre. Der Appetit des Kranken ist in den meisten Fällen der sicherste Wegweiser; wenn er ihm folgt, so darf er nicht leicht fürchten, einen Nachtheil zu erfahren.

Wenn er gar keinen Appetit zum Genuß der Speisen hat, so esse er auch gar nicht. Man versieht es damit im gemeinen Leben nur gar zu oft, und scheint zu fürchten, der Kranke könne verhungern, da es doch gewiß ist, daß das Bedürfniß der thierischen Natur sich in einem viel zu lebhaften Hungertriebe zeige, als daß so etwas zu fürchten stehe.

Alles, was der Kranke genießt, sey leicht verdaulich, leicht mischbar mit seinen Säften. In dieser Hinsicht muß auf seiner Suppe nicht die Butter, das Fett in großen Tropfen schwimmen. Sein Gemüse muß einfach gekocht, nicht mit gebranntem Mehl verderbt und schwerverdaulich gemacht werden, ist ihm Fleischkost erlaubt, so muß dieses ohne Fett seyn. Um die Verdauung des letztern zu befördern, ist ihm das Kauen doppelt zu empfehlen und wenn er dieses theils aus Mangel an guten Zähnen, theils aus Mangel an Gewohnheit oder einer andern Ursache nicht thut, so wiege man es lieber zu einem feinen Brey.

Was die Getränke anbetrifft, so gelten hier im Allgemeinen dieselben Grundsätze; jedoch ist einige Einschränkung nöthig. Wenn der Kranke Durst hat, so lasse man ihn trinken; in manchen Krankheiten hat er ungemein oft Durst; wäßriges Getränk werde ihm hier alsdann nur immer in kleiner Portion auf ein=

mal gereicht; durch zu große Menge würde es sonst den Magen erschlaffen. Welche Getränke hier zu empfehlen sind, davon bald weiter unten.

Wir wissen, welcherlei Art die Krankheiten in Bezug auf ihre Ursachen sind. Es ist nicht zu verkennen, daß daraus ebenfalls einige Regeln über die Auswahl der Speisen und Getränke sich ergeben müssen. In allen denen, wo eine vermehrte Thätigkeit der Lebenskraft Statt findet, empfehlen sich jene kühlenden, wenig nährenden, wenig reizenden Speisen und Getränke, zu welchen der Kranke ohnedieß viel Neigung haben wird. Es versteht sich, daß ich hier fast keine Krankheit namentlich aufführen kann. Da es hier nicht auf Namen, nicht auf Form derselben, sondern wie sie sehen, auf Ursache derselben ankommt, und diese schon angegeben ist. Hier gebe man dem Kranken also gekochtes Obst und Brodt oder Semmel, man lasse ihn Brühen trinken, die davon gekocht sind, oder mache eine Abkochung von Gersten mit etwas Honig oder Rosinen und Weinessig. Bei Entzündungen, die einer solchen Ursache ihr Daseyn verdanken, passen diese Getränke vornehmlich.

Anders ist es in den Krankheiten, die aus der entgegengesetzten Ursache entstanden sind, bei welchen eine verminderte Lebensthätigkeit voran=

vorangieng. Es ist in dieser Hinsicht der Genuß von nährenden, reizenden Nahrungsmitteln und Getränken zu empfehlen, und wenn der Kranke keinen Appetit zum Essen hat, so reicht man ihm diese. So z. B. wird man Kranken, die an Nerven-Faulfiebern leiden, keine größere Wohlthat erzeigen können, als wenn man ihnen öfters statt andern Getränkes einen Eßlöffel Wein oder Senfmolken, oder von folgender Mischung giebt: Zwei Loth Honig und vier Loth Branntewein werden zu einer Kanne (zwei Pfund) kochenden Wassers gethan und dieses kalt als Getränke gereicht. Als Nahrungsmittel kann man solchen gefährlichen Kranken einige Löffel Weinkalteschaale reichen. Bei der eintretenden Besserung zeigen gewöhnlich Kranke einen starken Appetit. Man befriedige diesen mit einer einfachen, aber nährenden kräftigen Speise und dazu empfehlen sich etwas gewürzhafte Bouillions, Eidotter mit etwas Wasser, Wein und Zucker abgerieben. Nur hat man dabei immer seine Aufmerksamkeit darauf zu richten, daß dergleichen Speisen ja nicht in großer Menge auf einmal genossen werden. Einen Grund davon habe ich schon angegeben, einen andern kann man daraus abnehmen, daß die Lebenskraft lange Zeit von ungleich weniger Reizen in Thätigkeit gesetzt ward, als es wohl seyn sollte, bei

einer kleinen Menge jetzt schon die Wirkung sich zeigen könnte, die sonst eine ungleich größere hatte. Kranke, die aus solchen Ursachen darnieder liegen, vertragen oft kein volles Glas Wein, selbst wenn sie vorher ihn zu einer Bouteille nehmen konnten.*)

III.
Fortsetzung.

Eine reine Luft ist dem Gesunden für die Erhaltung seiner Gesundheit unentbehrlich, um wieviel mehr wird sie es nicht dem Kranken seyn. Bei den letztern diese zu erhalten, ist freilich nun gleich schwerer. Eine Krankenstube, sagt Struve irgendwo sehr richtig, sollte nicht zu niedrig, noch zu klein, nicht feucht schwammicht, dunstig, wo möglich nicht im Erdgeschosse seyn. Die Fenster sollten nicht in eine enge, schmutzige Gasse gehen, auch wäre es gut, wenn ein anderes Zimmer an die Krankenstube stieße, um die Besuche indessen darin verweilen, oder nachdem die Umstände sind, abtreten zu lassen und den Kranken, wenn das Krankenzimmer gelüftet wird, hinein zu bringen. Aber guter Gott, wer kann alle diese

*) Doch nimmt man davon auch oft in Faul- und Nervenfiebern das Gegentheil wahr.

Vorschriften befolgen? und in Städten befolgen, wo der Aermere Gott dankt, nur für sein vieles Geld unter einem Dache zu leben, ohne das Wie? zu berücksichtigen? Nun da muß sich denn der Mensch zu helfen suchen, so gut als er kann. So suche er denn also erstlich alles das aus dem Zimmer entfernt zu halten, was die Luft verderben kann. Es müssen darinne so wenig Menschen als möglich seyn keine Vögel, Hunde oder Katzen darinnen geduldet werden und noch weniger Unreinlichkeiten Statt finden. Blumenduft, Kohlendunst, Lampenrauch darf hier nicht die Luft noch mehr verderben. Im Sommer müssen immer zwei Fensterflügel offen stehen, wenn kein Zug dadurch veranlaßt wird, im Winter täglich einigemal ein starker Luftzug veranlaßt werden, um die ganze Stubenluft zu erneuern, wobei man den Kranken mit einem Schlafrocke oder einer andern Decke über und über so lange bedeckt läßt. Ist die Stube feucht und dumpfig, so räuchere man täglich mit Wacholderbeeren oder anderm aromatischen Räucherpulver. Hat man dieses nicht nöthig, so sprenge man fleißig mit Essig. Nachtstühle, Uringeschirre dürfen in der Krankenstube nie Platz finden, es müßte denn etwa die Art der Krankheit sie unentbehrlich machen, der Kranke wird sonst allemal sie verlangen können und dann müssen

sie sogleich wieder entfernt werden. Häufige Krankenbesuche müssen theils aus dem angegebenen Grunde wegfallen, theils aus einem weiterhin zu erörternden vermieden werden.

Bei gemeinen Leuten wird die Luft in Krankheitsfällen oft dadurch sehr verdorben, daß sie so ungemein viel auf Zimmerwärme halten. Nun ist es gewiß, daß Krankenzimmer nicht kalt seyn dürfen. Manchmal entscheidet sich die Krankheit durch Hautausdünstung und diese würde bei kalter Stube über Gebühr zurückgehalten oder der Kranke muß oft das Bett verlassen und dann würde die Ausdünstung schnell unterdrückt; in jedem Falle ist denn aber doch noch viel mehr Nachtheil gar von einer heißern, von einer zu heißen Stube zu befürchten. Der Kranke weis sich dann vor Hiße, vor Angst nicht zu lassen. Er möchte in Schweiß zerfließen und manche Krankheit wurde durch die so herbeigeführte Entkräftung unheilbar gemacht.

Was von der Schädlichkeit der zu großen Stubenwärme gilt, das kann noch ungleich mehr oder doch eben so sehr von der behauptet werden, die das Bette hergiebt. Daß dieses in dieser Hinsicht sowohl als in anderer, eine genauere Aufmerksamkeit verdient, bedarf keines Beweises. Ich will das Hierhergehörige kürzlich einschalten.

So lange es die Kräfte nur halbwege zulassen, so lange muß auch der Kranke täglich einige Zeit außer dem Bette zubringen. Er schafft sich dadurch gewiß eben so viel Erleichterung, als er im Gegentheil seine Leiden unnöthigerweise vermehrt. Das anhaltende Liegen ist eine von den Stellungen, die dem Körper dadurch schadet, daß sich das Blut in dem Kopfe anhäuft, weil die Gewalt, mit der es sonst nach den untern Gliedmaßen strömet, sehr vermindert ist; Kopfschmerz und Schwindel sind von einer solchen Anhäufung die natürlichsten Folgen. Die Ausleerung des Stuhlgangs, des Urins, gehen in dieser Lage, wenn sie anhaltend ist, ebenfalls weniger von statten. So unterlasse man nicht, so lange nur keine Neigung zur Ohnmacht, so lange nur keine allzugroße Schwäche da ist, täglich wenigstens ein bis zwei Stündchen das Bette zu verlassen. Vorzüglich bekommt dieses gegen Abend; hier ist die Folge oft davon ein erquickenderer, ruhigerer Schlaf, als wohl sonst gekommen seyn würde.

Muß man aber immer das Bette hüten, so sorge man nur dafür, daß es nicht aus zu vielen Stücken, nicht zu schwerer Decke bestehe, und so nicht auf diesem Wege die Folgen erzeugt werden, die eine zu große Stubenwärme zu haben pflegt. Ein Strohsack, wo möglich

von Häckerling, fest und gleichmäßig, recht glatt gestopft, darüber ein mäßiges Unterbette, im Sommer eine Friesdecke, im Winter, wenn das Krankenzimmer nicht sehr geheizt wird, ein dünnes Deckbette, das möchte wohl das beste Krankenlager seyn. Dieses muß denn auch täglich einigemal aufgelockert werden und hier sollten freilich auch manche Bequemlichkeiten Statt finden, die bei den ärmern Kranken mehr zu wünschen als zu haben sind. Schwitzt der Kranke stark, so sollten die gebrauchten Betten mit andern vertauscht werden, die zu diesem Behufe bereit liegen müssen. Oft wird dieses selbst beim ärmern der Fall seyn können, wenn er seinen Bettvorrath in zwei Theile theilt, da der Kranke nur weniger nöthig hat. Die gebrauchten werden indessen, wo möglich, gelüftet, durchgeklopft und auf einem warmen Boden im Sommer, im Winter in einer warmen Stube zum wieder nöthig gewordenen Gebrauche aufbewahrt. Schwache Kranke, die gar keine Kraft haben, aus dem Bette zu steigen, werden in dem Betttuche herausgehoben, das von vier oder zwei Personen bei den vier Zipfeln angefaßt wird. Man hat nie zu fürchten, daß diese Bewegung etwa schädlich werden könnte.

Schwer hält es oft, in dem Zimmer dem Bette einen gehörigen Stand anzuweisen. Oft

wäre es nöthig, daß man auf allen Seiten zu dem Bette kommen könnte. Noch nöthiger ist es, daß es sicher gegen Luftzug, nicht getroffen von der Ofenwärme, im Gegentheil davon so weit als möglich entfernt sey, daß es sich nicht an einer feuchten, kalten, von der äußern Kälte unmittelbar berührten Wand im Winter befinde. Freilich wird dieses alles nicht immer gut gemacht werden können. Muß das Bette näher dem Ofen seyn, als es zu wünschen ist, so setze man einen Schirm vor, oder hänge ein dichtes Tuch vor denselben. Kann man die Stellung an einer feuchten, kalten Wand nicht abändern, so rücke man das Bette wenigstens nicht dichte an, man trage Sorge, die Wand selbst, so weit es nöthig ist, mit einer wachsleinwandnen oder tuchenen Decke zu bekleiden.

Entsetzlich viel kommt darauf an, daß man das Lager des Kranken immer recht glatt und gleichförmig erhalte. Durch nichts wird das schmerzhafte Aufliegen außer den übrigen Hülfsmitteln besser verhütet, als dadurch; durch nichts wird leichter Gelegenheit dazu gegeben als durch Falten, die im Betttuche sind, durch Unebenheiten, die das Bette hat. Das Aufliegen ist in langwierigen Krankheiten oft der beschwerlichste Zufall, beschwerlicher oft, als die Krankheit selbst. Außer diesem Verhütungsmittel

kann man dem Kranken nichts angelegentlicheres empfehlen, als öfteres Wechseln der Lage und seinen Pflegern Reinlichkeit in Bezug auf die Haut.

Wenn Reinlichkeit, Waschen und Baden und alles, was eine mäßige, freie Ausdünstung erhält, in gesunden Tagen so ein treffliches Mittel ist, die Gesundheit zu erhalten, wie vielmehr wird sie nicht in kranken zu empfehlen seyn? So werde denn der Kranke fleißig über den ganzen Körper und besonders über den Rücken mit Seife und Wasser abgewaschen und der fressende Schweiß entfernt, der sich hier anhäufte*). Außerdem wäscht man fleißig die Gegend des Kreuzes mit Branntewein. Liegt sich demungeachtet der Kranke auf, so empfehlen sich folgende Mittel. Auf das Betttuch wird ein Rehfell gebreitet, so, daß die Haare aufwärts gehen, auf dieselben legt man ein weißes leinenes, mit Hirschtalg bestrichenes Tuch und mit entblößtem Kreuze legt sich der Kranke darauf. Herrliche Dienste thut auch das Waschen mit dem in der Apotheke überall vorräthigen Goulardschen Wasser oder das Auflegen eines Stücks feiner Leinewand, das mit einem Sälbchen bestrichen wird, das man

*) Noch besser würde dann und wann ein lauwarmes Bad seyn.

aus einem Theile recht guten Baumöhl und zwei Theilen Eiweiße mittelst einigen lebhaften Umschüttelns bereitete. Zum Unterlegen kann man statt des Rehfells auch den Wachstaffet, selbst die Wachsleinewand benutzen.

Ein Hauptgegenstand, der in Krankheiten zu berücksichtigen ist, ist der Schlaf. Nach ihm lechzt der arme Kranke so oft vergeblich; nach seinem Genusse fühlt er sich oft so gestärkt, als ob frischer Lebensbalsam durch alle Adern wäre gegossen worden. Nicht immer kann sein Genuß verschafft werden; am wenigsten vermögen es sogenannte schlafbringende Arzeneien zu thun, die in dieser Hinsicht oft vom Arzte aus Unwissenheit gegeben werden. Indessen viel kann doch oft von den Freunden des Kranken, von seinen Wärtern, von ihm selbst gethan werden. Es ist schon manches bemerkt worden, das auch in dieser Hinsicht wieder in Erwähnung gebracht zu werden verdient. Der Kranke soll sich in dieser Hinsicht, wenn er kann, täglich und besonders gegen Abend ein ein Stündchen außer dem Bette aufhalten; er soll reinlich gehalten werden; reine Luft soll im Zimmer Statt finden; vieles Einheizen und eine drückende Bettenlast vermieden werden. Das alles ist hier von großem Nutzen. Außerdem sorgen nun seine Angehörigen auch hübsch dafür, daß alles stille und ruhig im Zimmer ist,

und daß sein Schlummer, wenn er eintritt, nicht durch Lärm der Nachbarn, Fallen von diesen und jenen Dingen auf den Boden vernichtet werde. Auf dem letztern könnte man eine dichte Decke breiten.

Ein Hauptmittel in dieser und jeder andern Hinsicht ist die Ruhe der Seele. Sie trägt ungemein viel zur Wiederherstellung der Gesundheit, zur Erleichterung der Krankheit bei. Es ist gewiß, daß Kummer, Schrecken, Aergerniß, Zorn, Verdruß ꝛc. dem Kranken oft den gefährlichsten Nachtheil bringen, seine Genesung wenigstens aufhalten. Freude, Hoffnung und dergleichen angenehme Gefühle sind zwar nicht immer von so großem Nachtheil, indessen auch bei ihnen kann man sich nicht immer sicher träumen, ein hoher Grad derselben, ein nur in Bezug auf die Schwäche des Kranken hoher Grad kann doch die traurigsten Wirkungen äußern und sie gleichen darin den an sich vortrefflichen Arzneyen; die man aber mit zu freigebiger Hand reichte und so durch die Menge der Gabe Schaden stiftete, den diese nicht selbst gethan haben würde. Man hat auch Beispiele, daß der Mensch vor lauter Freude gestorben ist und deßhalb ist denen, die den Kranken besuchen, mit ihm umgehen, gewiß nicht geringe Sorgfalt vonnöthen, hier Nachtheil zu verhüten. Krankenbesuche sollten, sagte

ich oben in Bezug auf eine andere Ursache, gar nicht so zahlreich und oft Statt finden, als es gewöhnlich der Fall ist; hier wird man nun einen neuen Grund dazu finden. Die Gespräche, die hier geführt werden, sind gewiß selten von der Art, daß Gleichgültigkeit dabei obwalten könnte. Nur wenige verstehen die Kunst des Umgangs so, das Berühren jeder Seite zu vermeiden, die im Busen des Kranken schmerzhaft wiedertönt.

Im Kranken herrschen oft selbst eine Menge von Vorstellungen und Gefühlen und Begierden, die nicht selten mit der Art seiner Krankheit zusammenhängen, nicht selten Folge dieser und jener äußern Veranlassung sind. Die Seele hängt mit ihrem Gehäuse, dem Körper, zu sehr zusammen, um nicht bei wichtigen Veränderungen dieses auch wohl selbst dergleichen wahrnehmen zu lassen. Es ist eine ausgemachte Erfahrung, daß der Ruhigste, Sanfteste in Krankheiten oft der Eigensinnigste ist und Launen zeigt, die ihn fast unerträglich machen. Da habe man dann Geduld mit ihm und reize diesen traurigen Zustand nicht noch mehr durch Widersprechen; dem Eigensinn setze man Sanftmuth, dem Auffahren Gelassenheit entgegen. Ganz vorzüglich achte man auf diese Lehren, wenn der Kranke etwa wirkliche Verstandesschwäche zeigt.

Oft verlangen Kranke gar Dinge, die ihnen offenbar schädlich seyn könnten, oder solche, bei denen man wenigstens nicht vom Gegentheil überzeugt ist. Man hüte sich da, sich zum Widerspruch hinreißen zu lassen. Es ist eine ausgemachte Sache, daß hier Nachgeben besser als roher Widerstand ist. Will man ja etwas thun, so mache man einen Versuch, ob vielleicht der Kranke es vergißt; ist das nicht der Fall, so suche man es ihm selbst unangenehm zu machen. Man sieht nicht genung auf solche Dinge, und dennoch sind sie vorzüglich bei Kranken, welche nicht sehr vernünftige, feste Grundsätze haben, vorzüglich bei Kindern weiblicher Individuen ungemein wichtig.

Ein andermal wollen Kranke das oder jenes nicht leiden; meistentheils ist es Folge einer irre geführten Einbildungskraft; indessen da es nicht viel bedarf, um einen Kranken in Hitze zu bringen, so wird man am besten thun, seinen Willen zu erfüllen, und wenn es nur immer möglich, den unangenehmen Gegenstand zu entfernen.

Viel leiden manche Kranke an Todesfurcht, an Kümmerniß über das Schicksal ihrer Angehörigen, durch Nahrungssorgen. Ach hier wäre viel zu sagen und doch wer möchte diese Materie erschöpfen! Die Todesfurcht läßt sich wohl am ersten mindern. Einmal ist es wohl

gewiß, daß hier fast immer die Hoffnung die Wage halten darf, glücklich aus dem Kampfe des Organismus gegen den Andrang der ihn vernichtenden allgemeinen Naturgesetze davon zu gehen. Und wenn Alter, wenn andere ungünstige Umstände auch selbst diese Hoffnung ganz einschränken, so kann denn doch ein Rückblick auf den Gedanken:

Sterben ist des Menschen Loos;
Namenlose Millionen
Modern in der Erde Schoos,
Sollte mich der Tod verschonen? —

So kann ein Rückblick auf den Gedanken:

Der Kampf des Sterbenden ist leicht
Nur der Empfindung unsrer Freunde fürchterlich.
Wir fühlen wenig, wenn die Wang erbleicht,
Kein Ungewitter nähert sich;
Der Vorhang fällt und des Triumpfes Scenen
Beginnen dort, wo unter Jubeltönen
Verklärung uns umstralt.
Drum sey willkommen Tod!
Brich des Geistes morsche Hütte,
Führe mich nach Angst und Noth
Hin in meiner Lieben Mitte!
Sey mir wie ein Freund gegrüßt,
Dem der Wonne Thräne fließt. —

So kann so mancher andere Gedanke diese Furcht bekämpfen, wenn nur derjenige, der den

Kranken umgiebt, alles dasjenige zu verkennen weis, was dieser Furcht Nahrung giebt, und dagegen alles dasjenige aufzutreiben weis, was der entgegengesetzten Hoffnung Nahrung giebt oder wenigstens Ergebung in sein Schicksal, Vertrauen auf die Vorsehung befördert.

Was die beiden andern Gegenstände des Kummers anbelangt, so ist hier schon viel schwerer zu helfen. Sie machen oft den Tod so bitter oder die Krankheit so schwer zu ertragen. Wenn das Leben des Vaters die Wohlfahrt der Familie begründet, wenn die schluchzende Gattinn, die weinenden Kinder an dem letzten Bissen Brote nagen, den seine fleißige Hand erwarb, wenn sich so Elend und Kummer auf allen Seiten aufthürmt und Gegenwart für ihn, Zukunft für die nach seinem Tode Zurückbleibenden, in die äußerste Trauer versetzt: dann ist freilich nur wenig Trost von dem Arzte zu erwarten, der nicht vermögend ist, das Elend der Familie selbst zu lindern, und Tröstungen sind hier so lange vergeblich, bis der Kranke selbst im Vertrauen auf die Vorsehung gestärkt, durch die Gründe der Religion, die Hülfe in sich selbst auch findet, welche ihm der Zuspruch eines vernünftigen Freundes wenigstens nicht allein hingeben kann. Hier ist noch ein weites Feld zu erörtern übrig. Zwar lächelt man freilich darüber, wenn der Arzt es

unternimmt, den Prediger zu machen, aber wenn man bedenkt, wie viel ihm daran liegen muß, daß die Seele seines Kranken sich in einer heitern, frohen, ruhigen Stimmung befinde, daß ihm so schwer es wird, ja wohl gar unmöglich, eine Heilung zu bewürken, welcher von den Affekten des Gemüths solche Hindernisse in den Weg gelegt werden; so wird man es gewiß nicht übel deuten, wenn ich wenigstens auf die wichtigsten Momente, auf welche es hier ankommt, aufmerksam zu machen suchte.

IV.

Fortsetzung.

Der Gesunde wird selten auf einmal krank; noch vielweniger wird der Kranke auf einmal gesund. Das Gleichgewicht der organischen Kräfte wird allmählig nur wieder hergestellt. Bevor diese Wiederherstellung vollkommen erfolgt ist, kann sich der Mensch zwar schon wieder in Vergleich mit dem bisher erlittenen Uebel recht wohl befinden: allein noch wird er manche Aufmerksamkeit nöthig haben, die Stärke, die volle Gesundheit wieder zu erhalten, deren er überhaupt nöthig hat, die er zu besitzen wünscht. Der Mensch, der das Krankenlager verläßt, kann nicht gleich wieder die

Arbeiten übernehmen, sich so anstrengen, so verdauen, die Art und die Menge der Speisen und Getränke zu sich nehmen, welche ihm als Gesunden erlaubt war. Die Natur selbst ist hier ein sehr treuer und warnender Rathgeber. Man schwitzt leicht, man empfindet leicht Uebelkeit und Neigung zur Ohnmacht, wenn man kaum dem Krankenbette entschlüpft, sich über Gebühr anstrengt.

Dieß alles macht es denn dem Wiedergenesenden zur Pflicht, ebenfalls gewisse Vorschriften zu beobachten, die seine Genesung vollends befördern, die letzten Reste der Krankheit vernichten können. Das Hierhergehörige mache denn den Schluß dieses Buches.

Ein etwas stärkerer Appetit, als gewöhnlich, ist eine der am öftersten vorkommenden Erscheinungen der Wiedergenesung. Es ist eine von denen, die sich am leichtesten erklären lassen. Der Verlust an Säften ist in der Krankheit auf der einen Seite so beträchtlich gewesen, auf der andern ist während der Krankheit so wenig genossen worden, daß dieser Appetit nichts als Folge des verstärkten Naturtriebes, des Bedürfnisses ist, durch eine größere Einführung von Nahrungsstoff in den Körper jenen Mangel an Säften wieder zu ersetzen. Bei einigen Krankheiten ist dieses freilich nicht der Fall. Hier sind andere Ursachen mit thätig,

oder

oder allein thätig, z. B. beim und oft nach dem Wechsel- oder kaltem Fieber. Wollte man diesem Appetit unbedachtsam gehorchen, ihn mit jeder Speise, jeder Nahrung befriedigen, so würde man da leicht Gefahr laufen, auf diese Art seine Gesundheit wieder einzubüßen. So mancher verfiel wieder in sein kaltes Fieber, weil er so ohne alle Rücksicht sich in dem Genusse von Speise und Trank übernahm.

Nöthig ist es zunächst für jeden Genesenden, verdauliche, leicht mit den Verdauungssäften Verbindung eingehende Nahrungsmittel und Getränke zu sich zu nehmen. Für solche Kranke, die an Schleim- Gallen- Nervenfiebern und allen den unzähligen Krankheiten litten, welche von verminderter Lebensthätigkeit herrühren, muß jene verdauliche Diät auch nährend und stärkend seyn. Hier ist es, wo von Genuß des zarten, magern Fleisches, gebraten oder gekocht, von den daraus bereiteten Suppen und Geleen, von den Eiern, von einem Glase Wein der größte Vortheil gezogen werden kann. Hier ist der Ort, wo ein Glas guter Rheinwein oder Frankenwein dem wiedergenesenden Kranken, bei der Mittags- und Abendmahlzeit, unverkennbare Heiterkeit und Kraft wieder giebt.

Bei Wiedergenesenden der zweiten Art ist, vorausgesetzt, daß man, um dem Körper das

Uebermaaß der Lebensthätigkeit zu entziehen, nicht durch zu vieles unvernünftiges Aderlassen, Abführen u. s. f. aus der entgegengesetzten Art ihn selbst geschwächt hatte, diese letztere Bedingung, die nährende und stärkende Diät betreffend, nicht nöthig. Der Körper, wenn ihm nicht mehr Säfte entzogen worden waren, als es für die Heilung unmittelbar nöthig wurde, erholt sich hier gewöhnlich ungleich schneller wieder. Die sogenannten hitzigen rein entzündlichen, aus dieser Ursache entstandenen Krankheiten überfallen, gehen geschwinde vorüber, und lassen dem Menschen keine lange dauernden Nachwehen zurück. Wenn das auch nicht in jedem einzelnen Falle gilt, so gilt es doch von den allermeisten. Hier ist die Nahrung noch einige Zeit fortdauernd die beste, welche aus dem Pflanzenreiche genommen ist. Einfache, in dünner Fleischbrühe bereitete zarte Gemüse, Petersilien, Kartoffeln, Schoten, junge Bohnen, Artischocken und dergleichen, bekommen hier am besten. Wenn es gewiß ist, daß den Kranken entgegengesetzter Art vorzüglich die reizenden stark nährenden Getränke, Chokolade, z. B. starker Kaffee, in diesem Zustande wohl bekommen, so befinden sich diese dagegen am besten, wenn sie das Wasser einer reinen Quelle trinken, oder doch höchstens nur ein sehr dünnes Bier zu sich nehmen. Ehemals war es unbedingt Regel, dem wiedergenesen-

den Kranken jedes Glas Wein, jeden Bissen Fleisch zu verbieten; man sieht, welchen Vortheil diese Regel in einigen, welchen großen Nachtheil sie in den meisten Fällen gehabt habe, dadurch ein, daß die Zahl der Krankheiten, welche aus vermehrter Lebensthätigkeit entspringen, ungemein klein ist, und in unserer Generation der Sache nach jetzt immer mehr eingeschränkt wird, gesetzt, daß sie auch bisweilen der Form nach erscheine.

Uebung der Kräfte giebt selbst Kräfte. So mache dir denn, Glücklicher, dem der Hochgenuß der Gesundheit wiederkehrt, das Vergnügen, deine Kräfte sobald wieder zu üben, als du Gelegenheit hast. Hüte dich, auch dann noch in der dumpfigen Krankenstube zu bleiben, unter Federn zu schwitzen, wenn du schon die Macht hast, im großen Tempel der Natur dem Schöpfer deinen Dank zu bringen, wenn dich die Natur vielleicht zum Genusse ihrer Schönheiten selbst einladet. Es ist eine ausgemachte Sache, daß mancher sich Schaden gethan hat, weil er zu früh wieder an seine Geschäfte gieng, weil er zu früh bei rauher Luft und nicht gehörig bekleidet, sich hinaus getraute. Vor solchen Fehlern hat man sich freilich zu hüten, aber freilich noch vielmehr vor den entgegengesetzten. Man mache sich daher eine mäßige Bewegung.

Ermattung und Gefühl der Körperschwäche werde nicht dadurch erzeugt, aber wohl sey sie hinlänglich, den Körper in eine mäßige Wärme, in eine heitere Stimmung zu versetzen, die fast immer davon die Folge ist, wenn sie im Freien, wenn sie von der Art ist, daß man sieht, wie die alten Kräfte wiederkehren. Im Sommer ist in dieser Hinsicht die Wiedergenesung um ein großes zu beschleunigen. Die warme, heitere Luft erlaubt hier auch dem zärtlichen Kranken, gegen jeden Eindruck der Atmosphäre empfindlichen Kranken, schon da von diesem diätetischen Hülfsmittel Gebrauch zu machen, wenn er im Winter bei nasser, rauher, oder sehr kalter Witterung noch nicht aus dem Zimmer sich getrauen darf.

Die beste Bewegung für Wiedergenesende ist ohne Zweifel Spazierengehen, da sie dieselbe ganz nach dem Grade der Kräfte abmessen können, die sie besitzen. Reiten erfordert schon zu viele Aufmerksamkeit auf das Pferd; Fahren ist auf ebenen Wegen eine zu unbedeutende Bewegung, auf holprigen, steinigen, eine zu heftige Erschütterung. Was aber das Spazierengehn eines Wiedergenesenden anbetrifft, so muß er sich wohl hüten, dazu nicht eine ungünstige Zeit zu erwählen. Im Winter ist die Mittagszeit die beste, inwiefern da die Strahlen der Sonne meistentheils denn doch die Kälte in

etwas vermindern. Im Sommer ist hier die Hitze am größten, schattige, waldige Oerter ausgenommen, paßt also diese Zeit da am wenigsten, da man sich hier am schnellsten ermüdet und in Schweiß geräth; die Vormittagsstunden zwischen zehn und zwölf werden daher im Winter, die von sieben bis neun Uhr im Sommer am bequemsten seyn *). Vormittage hat diese Bewegung auch noch den besondern Vortheil, daß sie den Appetit ungemein befördert, daß sie die Verdauung also selbst begünstiget. Eine Bewegung des Nachmittags, wenn es Jahreszeit, Wetter und Kräfte erlauben, hat den großen Vortheil, daß alsdann der Schlaf sanfter wird. Dieser, der Schlaf, verdient bei Wiedergenesenden überhaupt bedeutende Aufmerksamkeit. Er ist der beste Balsam, der neues Leben in die erschöpften Adern gießt und in jeder Hinsicht ungemein viel zur Wiederherstellung beitragen kann, wenn er gehörig genossen wird. Man lese darüber das davon am gehörigen Orte Gesagte nach, und benutze denn, wenn es nur immer möglich ist, dieses Hülfsmittel.

Es ist im Winter nicht immer möglich, den letzten Rath zu befolgen. Dann suche man

*) Auch die Nachmittagsstunden von 4 bis 7 Uhr, werden in dieser Jahreszeit sehr gut passen.

sich durch Uebernahme solcher kleinen häuslichen Geschäfte zu helfen, die, ohne anzustrengen, dennoch dazu beitragen, die Kräfte auf eine mäßige Art zu üben. Kleine mechanische Arbeiten oder Spiele, wie Billiard, Kegel, Ballon auf einem großen Saale, ist dazu in jeder Hinsicht das Beste.

Ein ungemein wichtiger Punkt ist die frische, reine Luft. Sie thut natürlich sehr viel zur Wiederherstellung. Dieser sanfte, belebende Reiz ist so wohlthätig in seinen Wirkungen, daß man nicht genung dafür Sorge tragen kann, ihn zu genießen. Jene gerühmten Spaziergänge werden mit dem ihnen eigenen Vortheil auch sehr vortheilhaft diesen verbinden können, und also doppelt zu empfehlen seyn. Wollte man freilich sumpfige Spazierplätze wählen, auf Kirchhöfe gehen, dann wäre es freilich nichts. Wie im Zimmer ihre Reinheit zu erhalten ist, bedarf keiner Erläuterung; sie ist schon hinlänglich gegeben.

Eine nicht zu übergehende Aufmerksamkeit verdient auch die Kleidung eines Wiedergenesenden. Vielleicht hätte ich über diesen Punkt selbst die der Kranken in Erwähnung bringen sollen. Indessen fällt sie bei dieser mit der gewöhnlichen Nachtbekleidung so zusammen, daß hier höchstens die nachzuholende Bemerkung genügt, immer bei des Kranken Bette einen

flanellenen Schlafrock bereit zu halten, um ihn vor Erkältung zu sichern, wenn er das Bette verlassen muß. Anders ist es mit Wiedergenesenen. Sie haben vornämlich darauf zu sehen, daß ihre Kleidung noch ungleich weniger durch Druck, Pressung, Schwere beschwerlich falle, als man es selbst bei Gesunden schon mit Recht fordern kann, denn außerdem laufen sie Gefahr, früher sich zu ermüden, als es sonst der Fall gewesen seyn würde. Außerdem wissen sie nachher nicht, woher die Aengstlichkeit, Bangigkeit kommt, die sie bei der geringsten Beweghng überfällt. Es ist eine ausgemachte Sache, daß selbst der Gesunde leicht Anwandlungen einer solchen Art aus dieser Ursache empfindet, um wie viel mehr wird es nicht bei dem kaum genesenen Kranken selbst der Fall seyn müssen? Dabei muß wenigstens, wenn die Witterung etwas kalt ist, die Kleidung etwas wärmer seyn, als man sie wohl sonst zu tragen pflegte. Der Körper ist da noch gegen alles ungleich empfindlicher, reizbarer. Er würde also auch hier nicht ohne Nachtheil die Einwirkung der Kälte erfahren. Vorzüglich verwahre man hier die Füße wohl, und nicht übel wird man fahren, wenn man sie mit wollenen Strümpfen bekleidet. Nach sehr vielen Krankheiten, die etwas lange dauerten, schwellen die Füße nicht selten an. Der gemeine Mann

pflegt hier oft zu sagen, die Krankheit gehe aus den Füßen. Das ist nun keinesweges der Fall; im Gegentheil weis man recht sehr gut, daß dieses Folge von der Schwäche ist, welche noch den auffaugenden Gefäßen anklebt, die nicht im Stande sind, aus dieser Ursache, die in ihnen enthaltenen serösen oder wässerigen Feuchtigkeiten fortzubewegen und dazu eines etwas stärkern Reizes bedürfen, um dazu fähig zu werden. Es trägt dazu schon ungemein viel bei, wenn man die Füße früh und Abends mit einem mit Branntewein besprengten wollenen Lappen sanft reiben läßt, noch vielmehr thut aber für die Verhütung einer wärmern Bekleidung, inwiefern die Wärme dazu beiträgt, die in diesen Gefäßen enthaltenen Flüssigkeiten in der dunstartigen Beschaffenheit zu erhalten, in welcher sie im gesunden Zustande immer seyn sollen.

Was die Leidenschaften anbetrifft, so kann man dem Wiedergenesenden nicht genung darauf Acht zu geben rathen. Ihr Einfluß ist zu mächtig, als daß sie nicht ungemein viel dazu beitragen könnten, die noch schwankende Gesundheit entweder zu befestigen, oder wieder stürzen zu machen. Eine heitere, fröhliche Gemüthsstimmung wird die heilsame erstere Folge; Aergerniß, Verdruß, Zorn, Kummer, Sehnsucht und dergleichen, die zweite haben. Es ist darüber

schon so viel gesagt worden, daß ich mich mit Recht darauf wieder beziehen, und zum Schlusse eilen kann.

VI.

Krankenwärter.

Wer den Kranken warten muß, wer beständig um ihn herum zu seyn genöthigt ist, hat, wie man aus dem nur nebenbei berührten ungemein leicht wird abnehmen können, gewiß auf vieles Acht zu geben. Der Kranke ist so eigensinnig, störrisch, verdrießlich, gequält von Phantomen seiner Einbildungskraft, gepeinigt von Wünschen, deren Befriedigung ihn in eine sehr zweideutige Lage oder augenscheinliche Gefahr bringen würde, hin und hergetrieben von Furcht und Hoffnung in Bezug auf die Zukunft, von Zutrauen und Mißtrauen in seinen Arzt, daß es gewiß oft schwer ist, hier das eine zu geben, das andere dort zu vernichten; das beunruhigte Gemüth zu beschwichtigen, Vertrauen einzuflößen, und ohne Härte doch Ansehen sich genung zu geben, auch dadurch auf den Kranken zu wirken. Außerdem hat denn doch der Wärter des Kranken darauf auch zu achten, daß sein Wohlseyn nicht gefährdet wird.

Ein Glück ist es, daß zwar nicht ein für allemal, doch aber sehr oft das Schicksal selbst diese Schwierigkeiten, die sich da aufgethürmt haben, wieder aufhebt. Wenn die zärtliche Mutter ihres Kindes wartet, dann hat ihr die Natur selbst so viel Hülfsmittel gezeigt, daß sie jede Forderung befriedigt, die man an sie machen kann, während sie nur daran denkt, den Ausbrüchen der mannigfaltigen Gefühle und Triebe Genüge zu leisten, die am Bette ihres Lieblings in ihrem Busen mächtig sind. Dasselbe gilt von der Gattin am Bette des kranken Mannes. Es ist hier überhaupt die Bemerknng zu machen, daß sich das weibliche Geschlecht besser zu Krankenwärterinnen schickt, als das männliche. Ihr sanftes Flehen, ihre Nachgiebigkeit, ihre Sanftmuth bezähmt auch endlich den eigensinnigsten Kranken; ihr größeres Vertrauen auf höhere Hülfe flößt auch dem verzweifelndsten Kranken endlich den Trost der Religion ein; mit Besorgniß, mit sanften, weichen Händen wissen sie dem Kranken sein Lager weicher zu betten, in seinen Blicken schon lesen sie die kleinen Wünsche und kommen ihnen zuvor, wenn es heilsam ist, oder sind listig genung, durch geweckte andere Ideen sie zu verdrängen, wenn sie schädliche Dinge beabsichtigen.

Ich habe über diese Dinge, so viel es anging, mich schon auszubreiten gesucht; hier nur

also noch ein paar Worte von demjenigen, was etwa da noch nicht erwähnt werden konnte. Hierhin gehört vornehmlich der Punkt.

Ein wichtiger Moment, den eine den Kranken wartende Person zu beobachten hat, ist der, daß dem Kranken gehörig die Arznei gegeben werde, welche vom Arzte ist verordnet worden. Der Arzt kann und pflegt hier nur selten alles zu berücksichtigen, wenn er die Formel aufsetzt, nach welcher die Arznei in der Apotheke bereitet werden soll.

Zunächst sehe man denn also darauf, daß die Arznei immer zu der Zeit, in der Menge und auf die Art gereicht werde, welche der Arzt vorzuschreiben für gut fand. Es giebt Kranke, welche Widerwillen gegen den wirklichen oder nur eingebildeten unangenehmen Geschmack der Arznei insoweit haben, daß sie einmal, zweimal aussetzen, und dann die vorgeschriebene Portion doppelt, dreifach nehmen wollen. In manchen Fällen kann die Arznei vielleicht dieselben guten Dienste thun, in den meisten wagt der Kranke ungemein viel dabei. Nicht ohne Ursache wird ein vernünftiger Arzt die Bestimmung der Zeit und der Menge, gerade so wie sie ist, gemacht haben. In dem Falle, daß die Arznei dazu bestimmt ist, die Lebensthätigkeit

zu erhöhen, oder zu vermindern, wird dieses nur gradweise, allmählig geschehen müssen. Jede entgegengesetzte Art ihres Gebrauchs wird daher statt des Vortheils, den sie schafft, vielleicht den gefährlichsten Nachtheil erzeugen und dann entstehen nun solche Folgen, wie man sie leider so oft wahrnimmt, wenn man Arzt ist, wofür man jetzt verantwortlich werden soll. Der Kranke rast und tobt, und kein Mensch denkt vielleicht an den Umstand, der ihn hervorbrachte, oder wenn man daran denkt, so hütet er sich wohl, ihn zu gestehen. — Manche Arzneien haben auch wohl eine ganz verschiedene Wirkungsart, wenn sie in einer höhern Gabe genommen werden, als in der vorgeschriebenen. Die Spießglanzmittel z. B. erregen in der Gabe eines Drittelgrans z. B. und in noch geringerer Hautausdünstung, in der von einem vollen Grane Erbrechen. Wenn man nun von dem letztern nur Schaden, z. B. bei schwachen Brustorganen zu fürchten hätte, wie leicht könnte nun da eine solche Abänderung gefährlich werden? Ich glaube, es wäre unnöthig, den Beweis in Bezug auf andere Fälle zu führen.

Es ist eine bekannte Sache, daß bei Frauenzimmern, verzärtelten Menschen, Kindern und solchen, deren Vernunft nicht daran gewöhnt ist,

den kleinen unangenehmen Empfindungen zu trotzen, die eine Folge ihrer Einbildungen oder der Wirklichkeit sind, das Einnehmen schwierig ist, vorzüglich wenn die Arzneien unangenehm schmecken. Gewöhnlich wurde der Grund dazu in der Kindheit gelegt. Man gab dem Kinde mit so vieler Förmlichkeit ein, oder sparte es ihm als Strafe auf, daß sich so manche fest einwurzelnde Nebenideen dazu gesellten, daß selbst die Vernunft in der Folge nicht immer ihrer Herr werden kann. Hier ist nicht immer leicht zu helfen. Der Arzt sollte freilich öfterer auf den Wohlgeschmack dessen, was er verschreibt, Rücksicht nehmen. Nichtsdestoweniger ist er oft theils dadurch gehindert, daß die Wirksamkeit der Arznei gemindert werden müßte, die er verordnen muß, daß er dasjenige nicht gerade kennt, was dem Kranken wohlschmeckend seyn würde, denn bekanntlich ist der Geschmack verschieden, daß er endlich den theuren Preis zu scheuen hat, den die Arznei dadurch bekommen würde. Kinder, solche, die nicht gehörig ihren Verstand zu brauchen wissen, weil sie im Zustande des Irreseyns, Delirirens liegen, suche man sie mit Gewalt zu geben. Bei Erwachsenen, wo dieses nicht angeht, suche man auf dem Wege entgegen zu wirken, den sie einschlagen. Fürchtet ihre Einbildungskraft, ihr Empfindungsvermögen einen

üblen Geschmack, so bringe man sie dahin, den Tod selbst zu fürchten, der bei dieser verschmähten Arznei gewiß erfolgen würde. Schwerlich wird man sich hier über eine Wahl lange bedenken können.

Wenn man eingegeben hat, so unterlasse man den Gebrauch, dem Kranken sogleich eine große Menge Thee oder Wasser deßwegen hintennach zu trinken zu geben, um den bösen Geschmack zu verdrängen. Es ist davon nur dann eine Ausnahme zu machen, wenn der Arzt es besonders verordnet hat, oder es Pillen waren, die eingenommen wurden. Die meisten Arzneien, so sehr im Magen verdünnt, wirken dann ungleich schwächer. Besser läßt sich der böse Geschmack dadurch verdrängen, daß man den Mund mit Wasser ausspült, oder eine Rosine, eine bittere Mandel, ein Stück überzuckerten Kalmus nach dem Einnehmen kaut.

Arzneien werden meistentheils nur in geringer Menge, zu einem Kaffeelöffel, Eßlöffel, höchstens einer halben bis ganzen Tasse, wohl gar nur in Tropfen gegeben. Eine geringe Quantität, vielleicht unter ein, zwei Pfund Speisen und Getränke gemischt, würde ihre Wirkung ungemein schwächen. In dieser Hinsicht ist immer

darauf zu sehen, daß der Magen so viel wie möglich, zu der Zeit nicht sehr mit Speisen und Getränken angefüllt sey, in welcher eingenommen werden soll. Immer wird dieses wohl nicht geschehen können, aber doch oft, und da darf es nicht übergangen werden. Von dieser Regel werde nur dann eine Ausnahme gemacht, wenn die Verordnung des Arztes eine Ausnahme macht. Es ist z. B. bei manchen Arzneimitteln sehr nöthig, daß der Magen, der ihre erste Wirkung aushalten muß, durch seinen Speisebrei gleichsam dagegen geschützt werde. Dieses ist z. B. beim Sublimat der Fall, der freilich selten verordnet wird. Der Vorschlag, die Arzneien unter Speisen und Getränke zu mischen und so einzugeben, ist also insofern ganz tadelhaft, als damit die gewöhnliche Mahlzeit gemeint ist; insofern nur eine kleine Portion gemeint ist, geht es wohl, doch wird den Kranken beiläufig gesagt, dadurch der Genuß derselben selbst vereckelt.

Es gehört zu den Pflichten des Krankenwärters ferner, daß er wohl Acht habe, was für Zufälle sich bei dem Kranken ereignen, um entweder mündlich bei dem Besuche des Arztes davon Antwort und Rede geben zu können, oder allenfalls schriftlichen Bericht erstatten zu können. Es ist dieses kein leichtes Geschäft. Einmal ge-

hört schon an sich viel Aufmerksamkeit und ein vorurtheilsfreier Geist dazu, um auch nicht in der Einbildung mehr zu sehen, als wirklich zu sehn ist, und dann mischen sich auch oft Gefühle und Leidenschaften auf der einen, oder Gleichgültigkeit auf der andern Seite mit bei, so, daß hier wieder zu viel und dort zu wenig gesehn wird.

Man muß, um nicht mit Aengstlichkeit und zu großer Furcht den Kranken zu beobachten, beständig darauf sehen, wie seine Körperbeschaffenheit ist, ob er alt oder jung, gut oder schlecht verwachsen, schmächtig oder wohl beleibt ist, von welchem Geschlecht er ist, an welchen Krankheiten er ehemals litte und wie seine Gesundheit überhaupt vor der gegenwärtigen Krankheit beschaffen war, welche Gemüthsbeschaffenheit ihm eigen ist, ob sich in diesem oder in jenem Theile die Krankheit vorzüglich zeige; was er treibt, was er that, ehe er krank wurde, ob er reizbar oder nicht sehr reizbar ist.

Alle diese und noch so manche andere Dinge, z. B. Wohnung, Kleidung, Lage des Ortes, wo man wohnt, selbst des Hauses in diesem Orte, das alles hat einen bedeutenden Einfluß, hier Zufälle wahrnehmen zu lassen, die von gar keiner Gefahr sind, aber sehr gefährlich scheinen und

dort im Gegentheil manchmal andere Statt finden zu lassen, die doch ungleich bedeutender sind, gesetzt, daß sie es nicht scheinen.

Bei dem Kranken ist vieles von bedeutendem Einflusse, muß vieles berücksichtigt werden, was es sonst nicht ist. Manche reizbare Personen, bei denen sich leicht ein Zufluß des Blutes nach dem Kopfe gesellt, reden bei sehr wenig gefährlichen Unpäßlichkeiten oder Krankheiten sogleich irre. Die an ihrem Schicksale Theilnehmendem, werden durch diesen Zufall sogleich bestürzt, und achten das Uebel für viel gefährlicher, bis ihnen nun der Arzt den Zusammenhang dieses Zufalls mit dem übrigen Befinden zeigt. Andere leiden oft an fürchterlichen Krämpfen, Konvulsionen; nicht sowohl sind diese dann immer Zufälle der gegenwärtigen Krankheit, sondern sie gesellen sich zu ihr, sie, an denen der Kranke gar oft schon litt. Es ist in diesem Falle auch keineswegs die Gefahr, die sonst zu befürchten wäre. Oft veranlaßt der kleinste Umstand bedenkliche Zufälle, bei dessen Entfernung sogleich sie selbst wieder schwinden. Kranke, deren Seelenkräfte schwach sind, insofern es Folge der Krankheit ist, reden oft irre; untersucht man den Ursprung davon, so findet man ihn oft in einer schlecht erleuchteten Stube, in den oder jenen Nebenum-

ständen, Lage der Mobilien u. s. f. die wunderliche Figuren bilden, und so auf die Einbildungskraft wirken.

Sehr oft hat man die Mode, jedes mit Ja zu beantworten, was der Arzt fragt. Oft weis man sich von einem solchen Benehmen selbst keinen deutlichen Grund anzugeben. Manchmal hofft man dadurch das Uebel recht gefährlich zu machen, und dadurch die Hülfe des Arztes um desto mehr aufzufordern. Dieser sieht vielleicht den Irrthum bald durch, aber er wird nur selbst irre geführt, weil er sich nun da selbst getäuscht zu seyn fürchten muß, wenn er richtig berichtet ist. Ein andermal berichtet man ihm wieder manches verneinend, weil man es aus falschem Wahne der Familienreputation für nachtheilig hält. Gewiß ist eines so thöricht, wie das andere.

Die Beobachtung eines kranken Kindes ist am schwersten. Bei ihm ist nichts zu übersehen, da bloß aus den Aeußerungen, aus den veränderten Beschaffenheiten ihres Körpers auf das Uebel geschlossen werden kann, an welchem sie leiden, und das sie mit Worten weder beschreiben können noch wollen.

Es ist, wie man einsieht, kein leichtes Geschäft, der Wärter eines Kranken zu seyn, aber

beruhigendes, ja beseligendes Gefühl flößt es ein, einem Gatten oder Kinde, oder einer Schwester, einem Bruder, die traurigsten Stunden erleichtert, verkürzt zu haben, die der Mensch auf dem Erdboden zu verseufzen hat und wiewohl muß es dem Menschen thun, da Trost gefunden zu haben, unterstützt worden zu seyn, wo er beides am nöthigsten hatte!

